

Ruediger Dahlke
Margit Dahlke

DIE
LEBENS-
PRINZIPIEN



arkana

Ruediger Dahlke
Margit Dahlke

DIE
LEBENS-
PRINZIPIEN

Wege zu Selbsterkenntnis,
Vorbeugung und Heilung



Wir danken *Freda Jeske* für ihre *Mandala-Bilder*
und ihre inhaltlichen Anregungen sowie *Dorothea Neumayr* und
Emanuel Winklhofer für ihre Korrekturen und ihr Engagement, die
Lehre der Lebensprinzipien in der APL-Ausbildung weiterzugeben.
Christine Stecher gilt der Dank für das bewährte Lektorat.

Verlagsgruppe Random House FSC-DEU-0100
Das für dieses Buch FSC®-zertifizierte Papier
liefert

1. Auflage
Originalausgabe
© 2011 Arkana, München
in der Verlagsgruppe Random House GmbH
Lektorat: Christine Stecher
Satz: Barbara Rabus
Druck und Bindung:
Printed in
978-3-442-33893-1

www.arkana-verlag.de

Inhalt

Das senkrechte Denken – in die Tiefe gehen	7
1. Mars	
Das Prinzip von Aggression und Aufbruch	35
2. Stier-Venus	
Das Prinzip von Selbstwert, Verwurzelung und Sinnenfreude	87
3. Zwillinge-Merkur	
Das Prinzip von Kommunikation und Austausch	135
4. Mond	
Das Prinzip von Empfindung, Gefühl, Geborgenheit und Lebensrhythmus	187
5. Sonne	
Das Prinzip von Kreativität, Ausstrahlung und Mitte	247
6. Jungfrau-Merkur	
Das Prinzip von Ordnung und Vernunft	307
7. Waage-Venus	
Das Prinzip von Harmonie, Partnerschaft und Ästhetik	351
8. Pluto	
Das Prinzip radikaler Wandlungsfähigkeit	405
9. Jupiter	
Das Prinzip von Wachstum und Sinnfindung	473

((Farben wie im Urprinzipienkreis S. 14))

10. Saturn	
Das Prinzip von Struktur und Konzentration auf das Wesentliche	527
11. Uranus	
Das Prinzip von Freiheit, Unabhängigkeit und Originalität	587
12. Neptun	
Das Prinzip von Grenzüberschreitung und Auflösung des vordergründig Sichtbaren	645
Die Lebensprinzipien im Alltag	705
Literatur	715
Adressen	719
Register	720
Bildnachweis	000

Das senkrechte Denken – in die Tiefe gehen

Die Einheit in der Vielfalt

Das *senkrechte Denken* ist das Anliegen dieses Buches. Durch Schule, Universität und Gesellschaft ist uns jedoch das waagerechte Denken vertrauter, wie es die Wissenschaft prägt.

Allein schon vom geometrischen Verständnis verbindet senkrechtes Denken die Höhen und Tiefen, wohingegen waagerechtes mit der Oberfläche die Welt der Phänomene darstellt. Das Phänomene ist deshalb unserer Alltagswelt wichtig und wertvoll, das an die Wurzeln gehende Radikale (von lat. *radix* = Wurzel) dagegen verdächtig. Eine aus senkrechtem Denken folgende Sicht des Lebens kann vieles verändern; die waagerechte bleibt hingegen auf eine Art Oberflächenkosmetik beschränkt, wie wir sie zunehmend in der Medizin, aber auch in der Politik erleben.

In manchen Bereichen unserer Wirklichkeit wurde von jeher ganz selbstverständlich mit Urprinzipien gearbeitet. Wenn beispielsweise ein Künstler ein Gemälde schaffen will, muss er keineswegs diverse Farbtuben aller in Frage kommenden Nuancen kaufen. Er wird aus wenigen Grundfarben die benötigten Farbtöne mischen. Schon kleine Kinder lernen dies mit dem ersten Malkasten, der wahrscheinlich nur die sieben Regenbogenfarben enthält. Beim Farbfernseher funktioniert es ähnlich; dort baut sich die bunte Welt aus nur drei Grundfarben auf.

Goethe ging in seiner Farbenlehre von den Primärfarben Rot, Gelb und Blau aus, woraus sich durch Mischung die drei Sekundärfarben ergeben: Gelb und Blau ergeben Grün, Rot und Gelb Orange, Rot und Blau Violett. Wer so weitermischt, kommt zur unend-

lich weiten Palette unserer bunten Welt. Wir haben hiermit eine wundervolle frühe Einführung in das senkrechte Denken und Arbeiten, auf die wir gedanklich jederzeit zurückgreifen können.

Am einfachen Modell der Farbmischungen lässt sich für unseren Zweck schon viel verstehen. Fällt in einem sehr großen Malkasten, der mit der Vielfalt seiner Farben versucht, die Buntheit der Welt zu imitieren, eine aus, ist das gar kein Problem, denn sie ist leicht durch Mischen zu ersetzen. Fällt dagegen eine der drei Primärfarben aus, ist das Problem groß und nicht mehr zu beheben. Das heißt, je ursprünglicher und auch einfacher die Ebene, desto wirksamer, aber auch anfälliger ist sie.

Die alten Daoisten Chinas näherten sich der Welt wie Künstler. Die unendliche Vielfalt der Erscheinungsformen nannten sie die Welt der zehntausend Dinge. Gleichzeitig wussten sie um die Einheit des Dao, aus dem all diese Erscheinungsformen ursprünglich entstanden waren. Aus dem Nachvollzug der Schöpfung aus der Einheit entwickelten sie ihr Weltverständnis im *I Ging*. Aus der Ein-



heit entsteht die Polarität von Yin und Yang, die sie mit einer unterbrochenen und mit einer durchgezogenen Linie ausdrückten. Um den Schritt von der Polarität zur Welt der zehntausend Dinge zu bewerkstelligen, kombinierten sie je sechs Linien zu einem Hexagramm. Bei zwei Möglichkeiten (Yin und Yang) und sechs Plätzen ergaben

sich zwei hoch sechs, also 64 Hexagramme. Mit diesen 64 Symbolen oder Zeichen konnten sie im *I Ging* die ganze Welt beschreiben.

Wem das naiv und unwissenschaftlich erscheint, der sollte staunend zur Kenntnis nehmen, wie sich die Natur in der Genetik der gleichen Struktur bedient. Die ungeheure Vielfalt der Erscheinungs-

formen des Lebens vom Pflanzen- über das Tierreich bis zum Menschen beruht auf Eiweiß als Baumaterial. Die Zahl der verschiedenen Proteine (Eiweiße) ist unübersehbar und unter anderem für die individuellen Unterschiede menschlicher Gesichter, aber auch aller anderen lebendigen Formen verantwortlich. Die Proteine bauen sich aber aus nur 25 Grundbausteinen oder Aminosäuren auf. Diese sind über den genetischen Code definiert, der über die Reihenfolge der Aminosäureanordnung die große Vielfalt ermöglicht und regelt.

Vier sogenannte Basen kombinieren sich jeweils zu Trios oder Triplets, um eine Aminosäure zu bezeichnen. Die Zahl der Möglichkeiten läuft also auf vier hoch drei und damit wieder 64 hinaus. Die Natur geht immer auf Nummer sicher und hat also für die 25 Buchstaben des Alphabets des Eiweißes und damit des Lebens 64 Möglichkeiten. Neben dieser ersten Brücke zum System des *I Ging* gibt es auf der DNS-Ebene noch eine weitere. Die Basen stehen sich in den DNS-Strängen jeweils zu zweit gegenüber und passen nach dem Schlüssel-Schloss-Prinzip genau und polar zusammen. Damit sind wir auf der Ebene von Yin und Yang.

Erkennbar wird wieder dasselbe Prinzip: Je weiter wir an den einfachen Ursprung gelangen, desto wirksamer und auch gefährlicher wird alles. Auf der oberflächlichen Ebene der Gesichter können wir natürlich mit einer Ohrfeige einiges anrichten, auf der Ebene der Gene erscheint das aber ungleich wirksamer und bedrohlicher.

Die beschriebene Organisationsform findet sich überall wieder, zum Beispiel bei uns Menschen: Wir alle unterscheiden uns an der Oberfläche, auf unserer Haut, voneinander, wie Fingerabdrücke beweisen. Ein paar Millimeter tiefer, bei den Fettzellen, haben wir schon alle dieselben Zellen, nur nicht gleich viele. Auf der Ebene des Blutes gibt es nur vier verschiedene Blutgruppen. Auf dem Niveau der Grundbausteine sind die Fette und Kohlenhydrate gleich, nur das Eiweiß nicht. Auf Molekülebene sind alle Strukturen aus den gleichen Atomen des Periodensystems aufgebaut.

Das bringt uns zum Urprinzipiensystem der Naturwissenschaft. Auf der Suche nach dem Arché, dem Ursprünglichen, hat der griechische Philosoph Demokrit Atome als unteilbare Grundbausteine der Schöpfung ins Spiel gebracht. Obwohl wir diese inzwischen doch spalten können, beziehen wir uns nach wie vor auf sie. Jedes der Atome trägt in sich die Spannung zwischen elektrisch positivem Kern und negativer Elektronenhülle, und damit sind wir wieder bei der Polarität von Yin und Yang.

Im ganzen Atom begegnet uns die Einheit in der Tiefe all der unzähligen Erscheinungsformen der Oberfläche. Naturwissenschaftler arbeiten mit dem sogenannten Periodensystem der Elemente nach Mendelejew, das nach Atombau und daraus folgenden physikalischen wie chemischen Eigenschaften ordnet. Die – wie bei jedem Urprinzipiensystem – einfache Logik des Periodensystems besagt, dass in unserer Welt nichts existieren kann, das nicht aus diesen Elementen besteht, also aus diesen gut hundert Grund- oder Urbausteinen. Würde doch etwas gefunden, wäre das Periodensystem sofort um das neuentdeckte Element zu erweitern. Das gilt entsprechend für jedes Urprinzipiensystem, auch für das später von uns verwendete der zehn beziehungsweise zwölf Urbausteine: Widder-Mars, Stier- und Waage-Venus, Zwillinge- und Jungfrau-Merkur, Krebs-Mond, Löwe-Sonne, Skorpion-Pluto, Schütze-Jupiter, Steinbock-Saturn, Wassermann-Uranus, Fische-Neptun.

Selbst unsere ultramoderne Welt entkommt diesem offenbar allgemeingültigen Muster der Einheit in der Tiefe aller Vielfalt nicht, wie wir an ihrem Lieblingsspielzeug, dem Computer, sehen. Auf der waagerechten oder oberflächlichen Ebene verfügt er unter anderem über ein Schreibprogramm. Auf dieser Ebene kann sich ein Schriftsteller jahrzehntelang intensiv beschäftigen und unendlich viel Material zusammentragen. Doch ermöglichen ein paar Tastenklicks weitere Schritte in die Tiefe und damit zusätzlichen Zugang zu anderen Computerprogrammen von der Buchführung über Rechnen bis zu Spielen. Noch tiefer liegt die Programmierungsebene mit Zeichen und Symbolen, die dem Normalbenutzer unbe-

kannt bleiben. Im Hinblick auf die Wirklichkeit des Computers sind sie aber wichtiger und auch machtvoller, wenn man etwas verändern will. Auf der Ebene der Hardware ist ein Computer schließlich wieder sehr einfach und unterscheidet – allerdings sehr schnell – letztlich nur zwischen 0 und 1. Das entspricht der Polarität von Yin und Yang.

Das immer gleiche Muster zeigt sich erneut: Je weiter wir uns von der (Benutzer-)Oberfläche lösen und tiefer hinabsteigen, auf desto einflussreichere und mächtigere, aber auch einfachere Ebenen stoßen wir. So wundert es schon nicht mehr, wenn die Seelenwelt ebenfalls dieses Muster aufweist. Dadurch ergibt sich eine später noch wichtigere Parallele zur physischen Welt.

An der gesellschaftlich sichtbaren Oberfläche haben alle Menschen sehr unterschiedliche und vollkommen individuelle Themen und Probleme. Die Zahl der Berufs- und Partnerprobleme ist unbeschreiblich groß. Ein wenig tiefer finden sich aber immer ähnliche Muster. Für diese (arche-)typischen Themen haben schon die ersten Tiefenpsychologen, Sigmund Freud und C. G. Jung, mythische Bezeichnungen gewählt. Man denke nur an den bekannten Ödipuskomplex. Solche (arche- oder ur-)typischen Konstellationen oder Probleme verbinden dann viele Menschenschicksale unter dem Symbol des gewählten Namens.

Tiefer als Tiefenpsychologie zielt Religion. Ihre Muster sind noch einfacher, und wir finden uns rasch wieder bei Gut und Böse, Kain und Abel, Adam und Eva oder eben Yin und Yang und der Polarität schließlich bei Gott als Symbol der Einheit.

Der praktische Umgang mit Urprinzipiensystemen

Mit weißem Licht lässt sich vielleicht Erleuchtung umschreiben, aber kein Bild malen. Mit nur zwei Farben wird zwar noch kein Abbild unserer bunten Wirklichkeit entstehen, aber die Grundstruktur lässt sich schon erkennen. Somit ist die Polarität eine zentral

wichtige, aber für sich allein genommen nicht ausreichende Ebene zum Umgang mit der Welt der zehntausend Dinge.

Mit den drei Primärfarben ist es bereits möglich, die ganze bunte Vielfalt darzustellen. Die Frage ist, wie praktikabel ein Dreiersystem im Lebensalltag ist. Dreiersysteme begegnen uns von den drei Gunas des indischen Systems bis zu den drei Grundvektoren der westlichen Wissenschaft. Die Trinität oder Dreifaltigkeit der Religionen ist solch ein Urprinzipiensystem. Brahma, der Schöpfer, bildet mit Shiva, dem Zerstörer, eine Polarität, die in Vishnu, dem Erhalter, einen Vermittler bekommt.

Weiter haben sich Systeme mit vier (Ur-)Bausteinen bewährt wie das der vier Elemente. Wasser, Feuer, Erde und Luft liefern bereits eine wundervolle Brücke zu den Lebensprinzipien, lässt sich doch jedes der vier wieder in drei Oberschwingungen unterteilen, am Beispiel des Feuers das kardinale lodernde Feuer des Marsprinzips, das fixe des strahlenden Sonnenfeuers und das labile glühende des Jupiterprinzips. In dem Bilder-Buch *Erde-Feuer-Wasser-Luft – die 12 Lebensprinzipien in den vier Elementen** sind diese Oberschwingungen sichtbar gemacht. Aber auch die fünf Elemente des Ostens bilden ein gängiges Urprinzipiensystem und liefern die Basis der chinesischen und tibetischen Medizin. Ein Siebenersysteme wäre das der klassischen Planeten, die die Wochentage bezeichnen.

Grundsätzlich ist es gleichgültig, welches Urprinzipiensystem benutzt wird, solange man es konsequent anwendet und keine Teile herausbricht. Ideal für die Praktikabilität und Kommunikation ist natürlich, wenn sich viele darauf beziehen. Es ist offensichtlich von großem Vorteil, eine Sprache mit vielen zu teilen; das macht es den Amerikanern in der Welt leichter als den Ungarn. Demnach ist es wichtig, eine gemeinsame Sprache – wie die Naturwissenschaft sie im Periodensystem der Elemente gefunden hat – zu wählen, die so praktikabel ist, dass sich auch viele andere bereitwillig auf sie beziehen.

* Ruediger Dahlke/Bruno Blum: *Erde – Feuer – Wasser – Luft – die 12 Lebensprinzipien in den vier Elementen* (Literaturverzeichnis).

Archetypische Medizin

Das in der deutenden Medizin von *Krankheit als Symbol* verwendete Urprinzipien- oder Archetypensystem ist das der hermetischen Philosophie, wie ich sie in *Die Schicksalsgesetze* dargestellt habe (siehe Literaturverzeichnis). Es entspricht prinzipiell natürlich dem Elementesystem der Wissenschaft, allerdings integriert es neben der materiellen Ebene auch die der Seele und des Geistes und deren gemeinsame Bilderwelt. Es lässt sich auf verschiedene Weise veranschaulichen: als Dreieck, wie in *Die Schicksalsgesetze*, aber auch als Kreis. Die Mitte symbolisiert die Einheit, das weiße Licht, das alles enthält. Auf der nächsten Ebene folgt die Polarität von Yin und Yang, Schwarz und Weiß beziehungsweise Männlich und Weiblich, dann die der vier Elemente: der zwei weiblichen Wasser und Erde und der zwei männlichen Feuer und Luft. Die vier Elemente differenzieren sich weiter in je drei Prinzipien, wodurch wir zu zwölf Urprinzipien gelangen. Gleichzeitig kommen natürlich alle zwölf Prinzipien aus der Einheit und tragen sie auch potenziell noch in sich, wie auch jedes seine Grundpolarität und sein Element weiter in sich trägt.

Über die Polarität lässt sich das Wesentliche in *Die Schicksalsgesetze* und *Das Schattenprinzip* nachlesen, über die vier Elemente in ihren jeweils drei Ausprägungen findet man mehr in dem erwähnten Bilderbuch *Erde-Feuer-Wasser-Luft*.

Historisch werden die zwölf Urprinzipien mit den Namen der Tierkreiszeichen benannt, wobei wir sie auch einfach durchnummerieren könnten, wie es oft geschieht. Jedenfalls haben sie mit Astrologie nur insofern zu tun, wie diese als eine der hermetischen Disziplinen sie ebenfalls als Urprinzipiensystem verwendet. Da sich diese Namen über mehr als zwei Jahrtausende bewährt und ein stabiles Feld geschaffen haben, bleiben wir dabei. Die Astronomie meint ja auch nicht die griechischen Götter, wenn sie deren Namen für die Planeten benutzt. Sie tut es, weil sich diese Bezeichnungen ebenfalls seit langem bewährt haben und gut eingeführt sind.



Die zehn Planeten können wir genauso als Bezeichnung wählen und werden dies auch weitgehend tun, da die mythischen Götternamen die Energie des Prinzips am besten transportieren. Beim Namen des Kriegsgottes Mars klingt fast automatisch *Mars*musik an, und Kampf und Energie schwingen schon mit. Wir müssen lediglich die Planetenprinzipien der Venus in einen weiblich-irdischen Stier-Anteil und einen männlich-luftigen Waage-Anteil unterscheiden. Und Merkur untergliedert sich in den männlich-luftigen Zwillinge-Anteil und den weiblich-irdischen Jungfrau-Bereich.

Die persönlichen Urprinzipien

Das Modell des Urprinzipienkreises zeigt wie auch jedes persönliche Horoskop, dass jede(r) natürlich mit allen zwölf Prinzipien zu tun hat – mehr oder weniger ausgeprägt, so wie auch jeder mit allen vier Elementen im Bunde ist und natürlich die Polarität in sich trägt, wie auch die Chance auf Einheit. Beim Durcharbeiten der einzelnen Prinzipien wird sich für den Leser herauskristallisieren, wie sehr einige im Vordergrund stehen und dass eines oder zwei von zentraler Bedeutung sind. Das könnte diesen in der persönlichen Betrachtung nicht nur besondere Beachtung sichern, sondern auch dazu führen, individuelle Wege herauszufinden, wie sich das Niveau der Bearbeitungsebene bei ihnen heben lässt.

Zu diesem Zweck ist bei jedem Prinzip eine siebenstufige Entwicklungshierarchie dargestellt, die letztlich das Bild des Urprinzipienkreises wieder aufnimmt. Die untersten Ebenen sind bodenständig, dumpf, dunkel und grob, aber dafür vielgestaltig und gut unterscheidbar. Mit jeder erklommenen Stufe nimmt das Licht zu, bis sich auf der siebten Stufe strahlendes weißes Licht findet und die Prinzipien in ihrer höchsten Verwirklichung einander sehr nahe kommen.

Es geht also erstens darum, die eigenen Problemfelder im Bereich der Urprinzipien zu entdecken, um dann in ihrer Bearbeitung das Schwingungsniveau von Stufe zu Stufe zu erhöhen. Dieser Siebenerschritt lässt das Thema der sieben Chakras anklingen oder besser noch die alttestamentarische Idee, sich im Sinne der Jakobsleiter über deren sieben Sprossen zu entwickeln. Die Bilder der Chakra-Hierarchie und der Jakobsleiter entsprechen sich, wenn auch das östliche viel gebräuchlicher und ausgefeilter ist. Trotzdem mag es für westliche Menschen beruhigend sein zu sehen, wie diese archetypischen Muster der Entwicklung überall und natürlich auch in unserer Kultur verwurzelt sind. Als großer Unterschied zu den Chakras ist zu bedenken, dass bei ihnen zwar auch ein Aufstieg vom untersten zum obersten im Laufe des Lebens geschieht, damit aber keine Wertung verbunden ist. Das ist bei unseren sieben Stu-

fen der Fall, die dasselbe Thema oder Lebensprinzip über sieben Stufen von der ersten untersten und unentwickeltsten zur siebten als der höchsten und entwickeltsten meinen. In der hermetischen Philosophie ist diese Form der Entwicklung oder Niveauverbesserung gut bekannt und wird als Weg von der Nigredo (Schwärze) zur Albedo (Weiße) beschrieben oder in der Alchemie als Entwicklung vom (schwarzen) Raben über den (bunten) Pfau zum (weißen) Schwan. Der Volksmund meint wohl dasselbe mit der Geschichte vom hässlichen Entlein, das zum makellos schönen Schwan wird.

Das Ziel der Entwicklung ist in jedem Fall die Verwirklichung der Mitte, wobei eine eigene individuelle Färbung durch den persönlichen Weg erhalten bleibt. Wer aus der Mitte lebt und sich ihrer stets bewusst ist, hat es ungleich leichter, die Welt zu verstehen und Zugang zu all ihren Bereichen zu finden – sein Horizont umfasst im Idealfall den ganzen (Welt-)Kreis. In der Mitte ruhend kann er mit allen (Be-)Reichen und Ebenen jederzeit in Resonanz gehen.

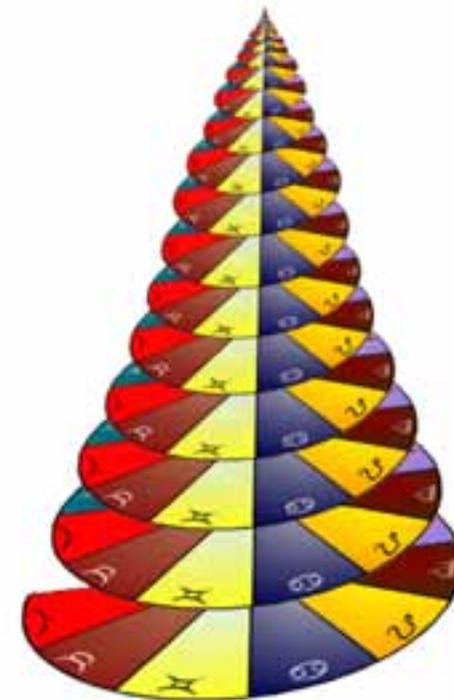
Verdeutlichen mag das die alte Sufigeschichte von den Blinden und dem Elefanten*: Eines Tages näherte sich ein König mit seinem Gefolge einer Stadt voller Blinder. Der König besaß einen mächtigen Kriegselefanten, der dafür berühmt war, den Feinden großen Schrecken einzuflößen. Jeder wollte nun diesen Elefanten sehen; auch die Blinden wollten sich ein Bild von ihm machen. Da keiner von ihnen wusste, wie ein Elefant aussah, durften sie ihn betasten, um so Aufschluss über ihn zu erhalten. Jeder, der einen Teil des Tiers betastet hatte, glaubte daraufhin, den Elefanten zu kennen. Danach gab jeder seine kleine Wahrheit zum Besten. Derjenige, der den Rüssel betastet hatte, hielt den Elefanten für einen langen Schlauch, zugleich furchterregend und verschlingend. Der Blinde, der das Ohr betastet hatte, hielt den Elefanten für eine große flache, bewegliche Zeltbahn. Derjenige aber, der Fuß und Bein angefasst hatte, erkannte ihn als eine starke, haarige Säule.

Doch nur wer den Elefanten in seiner Gesamtheit sieht, wird ihn

in seinem Wesen nach erkennen können. So macht auch erst das Zusammenspiel aller Lebensprinzipien das Ganze erkenn- und erfahrbar. Und erst wer diese Gesamtschau hat, ruht wie ein Weiser in der Mitte des Rades und sieht die ganze Wirklichkeit.

Sitzt jemand dagegen isoliert an der Peripherie in einem Urprinzipienfeld, in dem Probleme ihn festhalten – wie er die Probleme –, besteht die Gefahr, den eigenen kleinen Bereich für das Ganze zu halten, aus einem engen Blickwinkel heraus wenig zu verstehen und sich als hilfloses Rädchen im großen Getriebe zu fühlen, wie es am Elefantenbeispiel deutlich wurde. Aus dieser Situation ist Projizieren fast das Normale, das heißt, die anderen werden schuldig gesprochen, weil sie eine andere Wahrnehmung haben.

Das Ziel sollte aber sein, in die Mitte und in die Höhe zu kommen, woraus sich eine Spirale als Bild ergibt.



* Nach Idries Shah: *Das Geheimnis der Derwische. Sufigeschichten*. Freiburg, Herder 2001.

Die Elemente im Entwicklungskreis

Jedes der zwölf Lebensprinzipien gehört zu einem der vier Elemente. Innerhalb der Elemente ergibt sich wiederum eine dreistufige Entwicklung.

Ein Beispiel: 1. Das anfängliche, ursprüngliche oder *kardinale* Wasser, mit dem die Seelenentwicklung beginnt, findet sich im Mondprinzip mit dem Krebszeichen (im vierten Haus des Entwicklungskreises). 2. Darauf folgt das sogenannte *fixe* Wasser mit dem Plutoprinzip und dem Skorpionzeichen (im achten Haus des Entwicklungskreises). 3. Das *labile* Wasser im Neptunprinzip und Fischezeichen (im zwölften Haus des Kreises) beendet diese Entwicklung.

Ein Element beginnt also kardinal, das heißt elementar und dynamisch, und stellt einen gewissen Anspruch, auch eine gewisse Fülle an Impulsen zur Verfügung. Das Element Wasser beginnt kardinal mit Krebs-Mond, das Element Feuer mit Widder-Mars, das Element Luft mit Waage-Venus und das Element Erde mit Steinbock-Saturn.

Darauf folgen die fixen Zeichen der Verfestigung in der Welt wie Stier-Venus auf Widder-Mars, Löwe-Sonne auf Krebs-Mond, Skorpion-Pluto auf Waage-Venus und Wassermann-Uranus auf Steinbock-Saturn.

Das solcherart in der Welt Verfestigte wird anschließend in einem dritten Schritt von den labilen Zeichen wieder in Bewegung gebracht und tendenziell aufgelöst. Auf das kardinale Feuer von Mars, folgt das fixe von Sonne und darauf das labile von Jupiter. Auf das kardinale Wasser des Mondes, folgt das fixe von Pluto und das labile von Neptun, auf die kardinale Erde von Saturn, die fixe von Stier-Venus und die labile von Jungfrau-Merkur, auf die kardinale Luft von Waage-Venus die fixe von Uranus und die labile von Zwilling-Merkur.

Aber auch aus der direkten Abfolge der Zeichen im Kreis ergibt sich ein weiteres Ordnungssystem, das die Geschichte der menschlichen Entwicklung nachzeichnet. So folgt auf den vorpreschend

impulsiven feurigen Widder-Mars (kardinal), die Revier sichernde irdische Stiervenus (fix). Nach dieser aber kommt der äußerst bewegliche, luftige Zwillinge-Merkur (labil), gefolgt vom stillen Gemütlichkeit bevorzugenden wässrigen Krebs-Mond (kardinal), der sich dem Gefühl ergibt und am Nest baut. Die folgende feurige Löwe-Sonne (fix) setzt dagegen auf Ausstrahlung in den Raum und macht sich zum Boss des Ganzen, gefolgt vom irdischen Jungfrau-Merkur (labil), der auf Vernunft und Vorsicht setzt und ganz pragmatisch das Erreichte verstehen will. Darauf folgt die luftige Waage-Venus (kardinal) mit dem vagen Wunsch nach Partnerschaft und der Sehnsucht nach Schönheit und Frieden. Skorpion-Pluto (fix), dem Wasser oder besser Sumpf verpflichtet, hat den Auftrag zu radikaler Wandlung. Schütze-Jupiter (labil) strebt nach hohen Zielen und will den Sinn des Lebens verstehen, wohingegen es dem erdigen Steinbock-Saturn (kardinal) um die Ordnung des Ganzen geht und um das Wesentliche. Der luftige Wassermann-Uranus (fix) bringt wieder Bewegung, Originalität und Individualität ins Spiel und bricht gern mit allen bisher gültigen Regeln. Fische-Neptun (labil) beschließt auf wässrige Art alle Grenzen auflösend den Kreislauf auf der Suche nach Transzendenz – aber nur, um mit Widder-Mars das Spiel auf höherer Ebene von Neuem zu beginnen. So kommen über die vier Elemente (Erde, Feuer, Wasser, Luft) und den Dreischritt (kardinal, fix, labil) alle wieder zusammen im großen Entwicklungskreis des Ganzen.

Dieser kreisförmige Entwicklungsweg hat noch eine darunterliegende Ordnung, denn es erfolgt von Prinzip zu Prinzip ein stetiger Wechsel von Weiblich und Männlich (Yin und Yang). So findet sich im Entwicklungskreis das ganze Spektrum der Prinzipien wie eine Welle angeordnet, die sich stetig – wie eine Sinuskurve – von Wellental zu Wellenberg entwickelt. Und immer ist daran zu denken, dass dieser Kreis, wie zuvor schon dargestellt, eine dritte Dimension nach oben aufweist, so dass Widder-Mars aus dem ersten Haus im Entwicklungsniveau durchaus über Steinbock-Saturn aus dem zehnten Haus rangieren kann. Auf dieses System der Entwick-

lungsniveaus nehmen die für jedes Lebensprinzip dargestellten sieben Bewusstseinsstufen Bezug.

Schließlich gibt es auch noch eine Betrachtungsmöglichkeit über die vier Quadranten des Kreises, deren erster dem Körper zugeordnet ist, der zweite der Seele, der dritte der Begegnung und der vierte dem Überpersönlichen, Transpersonalen. Wir können also die seelische Entwicklung besonders deutlich im zweiten Quadranten finden, von Krebs-Mond über Löwe-Sonne bis zu Jungfrau-Merkur. Aber sie spiegelt sich auch über die Linie des Wasserelementes von Krebs-Mond (kardinal) über Skorpion-Pluto (fix) bis zu Fische-Neptun (labil).

Die Möglichkeiten dieses Entwicklungskreises mit seinem steten Wechsel von Yin und Yang, seinem Dreierschritt von kardinal über fix nach labil, seinen vier Elementen und zwölf Häusern sind enorm vielfältig und wirklich wundervoll. Das Ordnungssystem der Zwei, Drei, Vier und Zwölf ist dabei immer auf die Eins, die Mitte des Entwicklungskreises, bezogen. In seinem für Kenner der Lebensprinzipien überaus empfehlenswerten Buch *Glück und Selbstverwirklichung im Horoskop** stellt Nicolaus Klein, mein Mitautor von *Das senkrechte Weltbild***, diese Fülle von Entwicklungschancen dar.

Persönliche Konsequenzen

Wer seine eigenen Problemfelder im Auge hat und das große und ganze Muster der Urprinzipien kennt, wird sich und seine Pläne leichter verwirklichen können. Er wird nicht dazu neigen, Energie in funktionale, an den wesentlichen Strukturen nichts ändernde Maßnahmen zu investieren, sondern sich im Gegenteil auf das Wesentliche, den Inhalt, konzentrieren. So kann er sich und anderen auf tieferer Ebene therapeutisch helfen, ohne in oberflächlicher

* Nicolaus Klein: *Glück und Selbstverwirklichung im Horoskop*. Schirner, Darmstadt 2005.

** Nicolaus Klein/Ruediger Dahlke: *Das senkrechte Weltbild* (Literaturverzeichnis), das als Ergänzung zu den *Lebensprinzipien* mit seinen Tabellen ein gutes Arbeitsbuch darstellt.

Symptombehandlung steckenzubleiben. Aber noch entscheidender ist: Er wird auf der Grundlage der Lebensprinzipien zu echter Vorbeugung fähig und vermag Probleme schon im Vorfeld zu erkennen und zu verhindern.

Die Idee, Lebensprinzipien freiwillig zu entsprechen, ist uralte und reicht weit vor Paracelsus bis in die Antike zurück. Für Paracelsus war sie die Basis seiner Medizin. Wenn er sagte, ein Arzt, der nichts von Astrologie verstehe, sei keiner, meinte er die Ebene der Ur- oder Lebensprinzipien. Die Art von Astrologie, wie sie heute etwa in Illustrierten verbreitet wird, gab es zu seiner Zeit noch gar nicht.

Sowohl wirkliche Heilung, die Fehlendes integriert, als auch echte Vorbeugung, die Krankheitsbilder und Probleme im Vorfeld überflüssig macht, bis zu Vorsätzen, die sich wirklich umsetzen lassen, verlangen eine solide Kenntnis der Archetypen, Ur- oder Lebensprinzipien.

Heilung, Vorbeugung und Vorsätze

Auf dem Boden der Schicksalsgesetze wird mit Hilfe von Urprinzipienwissen Heilung möglich, wenn es gelingt, die Lebensaufgaben, die sich in Krankheitsbildern äußern, zu erkennen und innerhalb der Urprinzipienkette in erlöster Weise zu erfüllen. Vorbeugung, eine der wesentlichen Säulen ganzheitlicher Medizin, bekommt so ihre Chance. So war von Anfang an die Urprinzipienlehre die Basis der Krankheitsbilder-Deutung von *Krankheit als Weg* bis *Krankheit als Symbol*.

Nur wer das Wesen einer Krankheit versteht, kann sich freiwillig und rechtzeitig vor ihr beugen und die in ihr zum Ausdruck gebrachten Lernaufgaben auf sich nehmen. Auf solche Weise wird der Ausbruch des Krankheitsbildes überflüssig. Die Schulmedizin hat diesen Anspruch zugunsten von Früherkennung aufgegeben, die zwar besser als Späterkennung ist, aber gar nichts mit echter Vorbeugung zu tun hat. Ihr ist daraus kein Vorwurf zu machen.

Wer sich nicht um das Wesen von Krankheitsbildern kümmert, kann ihr Thema natürlich nicht auf anderer Ebene vorwegnehmen. Er erkennt und durchschaut sie ihrem Wesen nach nicht. Die Urprinzipienlehre ermöglicht dagegen wirkliche Heilung und Vorbeugung. Und sie geht in ihrer Wirkung noch weit über Krankheit hinaus, denn mit ihrer Hilfe lässt sich das Wesen aller Dinge und so auch jedes Problem durchschauen.

Platon erkannte hinter jedem Ding eine Idee. Die Lebensprinzipienlehre führt auf diese Ebene der Ideen hinter den Dingen und Phänomenen. Goethe ging davon aus, dass alles Geschaffene ein Gleichnis ist. Vor diesem Hintergrund führen uns die Lebensprinzipien auf die Ebene, auf der die Gleichnisse als solche deutlich werden und ihren Sinn finden. So wird die Ebene der Urprinzipien zu einer Ebene der Sinnfindung. Um den Sinn von Krankheitsbildern zu erkennen, müssen wir uns auf genau diese Ebene begeben. Dort sind auch andere lebensfördernde Bearbeitungs- und Einlösemöglichkeiten zu entdecken, die dasselbe Thema und dieselbe Energie in geeigneterer Weise ausdrücken.

Es ist wie bei einem Spiel und sogar wie bei Lila, dem kosmischen Spiel des Lebens, wie es die Inder nennen. Wir sollten das alles nicht zu ernst und verbissen betrachten, sondern es auch mit den Augen des inneren Kindes wahrnehmen. Dieses groß angelegte Spiel ist andererseits nicht zu leicht zu nehmen, denn es ist immerhin das Spiel unseres Lebens, aber auch nicht zu schwer, denn es ist und bleibt ein Spiel.

Kinder können – über ihre sofort als solche erkenntlichen Spiele, die ja Vorbereitungen auf das große Spiel des Lebens sind – helfen, die richtige Einstellung zu finden. Wer als Vater seinen Kindern Zeit zum Spielen versprochen hat und diese dann lange nicht fand, wird schließlich mit schlechtem Gewissen besonders engagiert spielen. Er mag erleben, wie seine Kinder ihn beruhigen nach dem Motto: »Papa, ist doch alles nur ein Spiel ...« Wenn er sich spielend aber andere Gedanken macht und sozusagen nur vordergründig mitspielt, werden dieselben Kinder mehr Aufmerksamkeit und

Engagement einfordern, nach der Devise: »Nimm uns und das Spiel gefälligst ernst.«

Gelingt es uns, auf der Ebene der Ideen und Gleichnisse heimisch zu werden und hier engagiert, aber ohne Verbissenheit mitzuspielen, wird vieles in unserem Leben möglich. Wir können nicht nur wesentlich zu Heilung beitragen und vorbeugen, weil wir hinter die Dinge sehen, sondern wir können auch Vorsätze erfolgreich in die Tat umsetzen. Sofern sie urprinzipiell stimmen, ist das in der Regel kein Problem. Wenn die Vorsätze des Silvestertages Mitte Januar schon vergessen sind, liegt dies im Allgemeinen an ihrer urprinzipiellen Unstimmigkeit.

Sobald die Lebensprinzipien beachtet werden, kommt einerseits die Medizin ihrer eigentlichen Bestimmung näher, andererseits wird das Leben generell erfolgreicher und glücklicher. Pechvögel und Unglücksrabben können sich auf dieser Grundlage zu Glückskindern und Glückspilzen wandeln. Ist das Muster des Uranusprinzips durchschaut und inhaltlich verstanden, das das bisherige Leben unter einen unglücklichen Stern stellte, lässt sich eine erlöste Ebene dafür finden und leben. Wenn also Pechvögel ständig Missgeschicke erleben, ihnen immer etwas schiefgeht, sie immer in Unfälle und Misshelligkeiten verwickelt werden, wenn für sie nichts wie am Schnürchen läuft und sie kein Fettnäpfchen auslassen, dann ist nicht der unglückliche Stern beziehungsweise das Uranusprinzip das Problem, sondern die unbewusste und damit unerlöste Haltung dazu.

Unglück bringt Unerwartetes in negativer Form ins Leben. Unfälle werfen aus der Bahn und unterbrechen die gewohnte Kontinuität; sie sind letztlich eine schreckliche Form von Abwechslung. Wer darin und im Unerwarteten, Überraschenden, Originellen das Wesen des uranischen Lebensprinzips erkennt, kann sich klarmachen, dass es offensichtlich bisher nicht genug Beachtung bekam. Der Betreffende kann sie ihm nun freiwillig geben. So könnte er von sich aus beginnen, origineller zu leben, gegenüber Überraschungen offener zu sein, die Chance und damit das Gute in ihnen

erkennen lernen. Wer ständig Veränderungen erwartet und bereit ist, sie als Möglichkeiten zu sehen, vermag darin eine neue Freiheit zu finden, die ebenfalls zu diesem Prinzip gehört.

Eine für Überraschungen offene, sogar sie herausfordernde Einstellung wird das Leben freiwillig zwar in unruhigere, aber damit auch positiv spannendere Bahnen lenken, die gar nicht mehr stur geradeaus verlaufen sollen. Wer die Haken, die das Leben schlägt, und die Umwege, die es einem oft aufzwingt, nicht mehr als Zwang, sondern als Chance erkennt, wird ein Leben ernten, das das Uranusprinzip integriert. Dort, wo schon so viel Abwechslung herrscht, braucht das Schicksal als geschicktes Heil keine Unfälle mehr zu inszenieren, die lediglich Abwechslung in ein – für die eigenen unbewussten Ansprüche – zu langweiliges Leben bringen. Mit unbewussten Ansprüchen sind die (noch) nicht durchschauten Anforderungen, die das Leben an einen stellt, gemeint. Tatsächlich brauchen einige Menschen viel mehr Abwechslung und Originalität, also Uranus, in ihrem Leben als andere. Ein wenig von jedem Urprinzip aber brauchen wir alle.

Die Kunst des Lebens besteht darin herauszufinden, was und wie viel man von den verschiedenen Prinzipien braucht, um einerseits zufrieden oder sogar glücklich zu sein und um andererseits dem in dieses Leben mitgebrachten Schicksalsanspruch gerecht zu werden. Beides kann das Durcharbeiten dieses Buches ermöglichen. Es zeigt einerseits auf, wo Probleme mit den einzelnen Prinzipien liegen. Andererseits hilft es, durch die Auseinandersetzung mit den sieben Entwicklungsstufen deutlich zu erkennen, auf welcher Entwicklungsebene man sich bei einem Prinzip gerade befindet.

Insgesamt kommt mittels der Urprinzipienlehre eine tiefere Verständnisebene ins Leben. Wer diese Ebene der Ideen durchschauen und beherrschen lernt, wird sehr viel mehr erreichen und verwirklichen, weil sich von der Ideenebene alles wesentlicher und nachhaltiger bewerkstelligen lässt und sich kein Widerstand gegen das Schicksal aufbaut. Von dieser stimmigen Grundlage her geplant,

können gute Vorsätze wirklich etwas konkret bewegen und – wichtiger noch – können Therapien oberflächliche körperliche mit tiefen seelischen Ebenen verbinden und zu echten Lösungen führen.

Urprinzipielle Bearbeitung und Einlösung von Krankheitsbildern

Krankheitsbilder sind Ausdruck von Lebens- oder Urprinzipien, die auf die Körperebene gesunken sind und sich in Symptomen verkörpert haben, weil sie nicht anders verwirklicht wurden. Das heißt, die Betroffenen leisteten (unbewusst) gegen das jeweilige Prinzip Widerstand, und so wurde es oft erst einmal be-seitigt und unterdrückt. Nach unten und auf die Seite gedrückt, nahm die Energie im Körper notgedrungen als Krankheitsbild Gestalt an. Über diese Ausgestaltung können wir im Sinne von *Krankheit als Symbol* jedoch wieder an die ursprüngliche Botschaft herankommen und diese auf andere Art verwirklichen und wieder am Leben beteiligen. Damit verringert sich der Darstellungsdruck auf den Körper.

Bert Hellinger sagte schon vor vielen Jahren, als er sich noch kaum mit spirituellen Themen beschäftigte: »Das System will Vollständigkeit.« Einfacher ist es nicht auszudrücken. Unser Organismus ist ein kleines System für sich, Teil des größeren Systems Familie, die wiederum Teil eines noch größeren Systems ist. Auch nach unten in der Hierarchie lässt sich dies beobachten, denn Herz-Kreislauf- und Immunsystem, sind – *nomen est omen* – ebenfalls Systeme. Wir können in einem System Energien verschieben, so wie wir etwa im Körper – von der Schulpsychologie zuerst beschrieben – oft Symptomverschiebung betreiben. Doch wenn wir Energien überhaupt keine Ausdrucksmöglichkeit einräumen, können sie auch über die eine Systemebene hinaus auf eine andere rutschen und unangenehm werden.

Unser Organismus ist ein großes System von Körper, Seele und Geist. Wir können in ihm Symptome in der waagerechten und in der senkrechten Ebene verschieben und darüber hinaus bis in das System Familie – und sogar noch darüber hinaus auf die Ebene des Ortes oder des Landes bis hin auf internationale Ebenen.

Die Schulmedizin bleibt auf der Körperebene, wenn sie Symptome von Organ zu Organ verschiebt und zum Beispiel eine (akute) Infektion mittels Antibiotika in eine (chronische) Allergie verwandelt. Eine wissenschaftliche Studie ergab, dass sie dabei in den ersten zwei Lebensjahren mit über fünfzigprozentigem »Erfolg« rechnen kann. Insgesamt hat sie es auf diese Weise in nur einer Generation geschafft, in der deutschen Bevölkerung die Allergierate von acht auf über vierzig Prozent zu steigern, wobei ihr natürlich die dahinterliegende Aggressionsfeindlichkeit in die Hände spielte.

Betrachten wir das ganze System Mensch, wird der Blick differenzierter. Nehmen wir die Lebensprinzipien hinzu, in diesem Fall das der Aggression, wird noch mehr deutlich. Ein Konflikt ist eine Art geistig-seelischer Kampf, eine Auseinandersetzung. Verweigern wir diese konsequent und dauerhaft auf der Bewusstseins-ebene, weil wir etwa Aggressionsenergie nicht mögen, muss diese marsische Energie irgendwo anders hin. Sie wird nicht selten in den Körper sinken und sich als Infektion äußern. Damit verbindet sie die Bewusstseins- mit der Körperebene. Wenn wir sie auch dort nicht dulden und mittels Antibiotika und fiebersenkenden Mitteln neuerlich unterdrücken, verschieben wir sie körperlich in Richtung Allergie. Zwar bleibt das mit dem Aggressionsprinzip verbundene Immunsystem Austragungsort, aber es kommt doch zur Möglichkeit der Ausbreitung auf das ganze Körperland. Die Mandelentzündung war noch sehr lokal, die Allergie betrifft dann potenziell das ganze Immunsystem. Bei der Neurodermitis ist die Haut breiflächig betroffen, bei Asthma das Atmungssystem, um einige weitere Beispiele zu nennen.

Wird nun die Unterdrückungsstrategie weiterverfolgt und mittels Kortison und Antihistaminika (Antijuckmittel) auch die Allergie niedergemacht, stellt sich die Frage: Wohin mit der Aggressionsenergie? Die Antwort ist einfach. Seit wir flächendeckend Allergien unterdrücken, ernten wir überall Autoaggressionskrankheiten, etwa in Gestalt von Rheuma oder Hashimoto-Thyreoiditis. Nun gelingt es selbst mit noch mehr Kortison kaum, diese gänzlich

zu unterdrücken. So wird die Aggressionsenergie immer weiter und tiefer von der Bewusstseins-ebene auf die Körperebene gedrängt. Im Sinne von *Krankheit als Symbol* können wir die in ihr ausgedrückte Aggressionsenergie aber erkennen und sie ins Bewusstsein zurückholen, um uns dort der anstehenden Auseinandersetzung zu stellen. Wie das zu verstehen und zu bewerkstelligen ist, will dieses Buch lehren.

Es kann aber auch passieren, dass die Aggressionsenergie – statt nach innen in den Körper – nach außen in das Familiensystem gelenkt wird und hier zu Auseinandersetzungen führt. Diese können ehrlich ausgetragen werden und zu Lösungen führen oder in chronische Konflikte und Dauerstreit münden. Im Dauerkrieg lebende Menschen neigen meist dazu, auf andere zu projizieren, das heißt, ihre Aggressionsenergie nach außen zu leiten und dort Schuldige im Sinne von Sündenböcken für das eigene innere Dilemma zu suchen.

Wenn sich gewieftete Verführer diesen ebenso beliebten wie verbreiteten Projektionsmechanismus zunutze machen, können sie ganze Nationen darin verwickeln, und plötzlich sind andere an allem schuld und müssen bekämpft werden. Dies ist ein klassischer Mechanismus, der überall zu beobachten ist. So haben es nicht nur die Nazis gemacht, als sie all ihre Probleme auf die Juden projizierten und diese dann bekämpften. Wird Aggressionsenergie nach außen gelenkt oder projiziert, kann es zu Kriegen zwischen Nationen kommen und die Welt in Brand geraten, wie es bereits zweimal geschehen ist.

Hinter alldem steckt das Aggressions- oder Marsprinzip, benannt nach dem Kriegsgott der Antike. Offensichtlich ist es für die Welt besser, dessen Energien in entsprechende Auseinandersetzungen auf Bewusstseins-ebene zu lenken. Auch in der Familie ist eine mutige und offensive Auseinandersetzung sinnvoller als chronischer Stellungskrieg mit entsprechender Bunkermentalität.

Das bringt uns zum Thema der besseren oder anspruchsvolleren Bearbeitung der Urprinzipienenergie bis zu ihrer Einlösung

und sogar Erlösung. Es gibt offensichtlich verschiedene Entwicklungsstufen, auf denen sich marsische Aggressionsenergie ausdrücken kann. Heißer und kalter Krieg entsprechen beide unerlöster Aggression. Ein mutig erkämpfter Friedensschluss, um den heftig gerungen wurde, ist verglichen damit eine erlöste Ebene des Marsprinzips. Hier lässt sich weiter differenzieren – auf unterster Stufe von ganz unerlöst, im Dunkel von Unwissenheit und blindwütigem Berserkertum bis zu völlig erlöst und erleuchtet im Sinne von selbstlosen mutigen Taten in Einklang mit den Schicksalsgesetzen.

Es geht also letztlich darum, für unerlöste Ebenen und Probleme, wie sie sich mit dem Körper und seinen Krankheitsbildern ergeben, durch Kenntnis der Urprinzipien und ihrer Kombinationen andere, dem Leben und der Entwicklung besser dienende Ausdrucksmöglichkeiten zu finden – dies ist der Therapieaspekt der Archetypischen Medizin.

Wer Krankheitsbildern vorbeugen will, kann denselben Weg beschreiten und sich, bevor das Schicksal ihn mit Krankheit zwingt, freiwillig Ausdrucksmöglichkeiten für dieses Prinzip oder die jeweilige Kombination suchen. Diese müssen ihm natürlich ermöglichen, dasselbe zu lernen, wie es das befürchtete Krankheitsbild erzwingen würde.

Bei Krankheitsbildern, die in der Familie liegen oder vererbt wurden, ist dies genauso möglich und sogar besonders naheliegend. Heute wissen wir, wissenschaftlich durch die Epigenetik bestätigt, dass Gene nicht annähernd so bestimmend und entscheidend sind, wie lange gedacht. Sie werden maßgeblich über das Bewusstsein und Umfeldfaktoren wie Ernährung ein- und ausgeschaltet. Siehe dazu mein Buch *Peace Food* und die dort in Bezug auf Krebs dargestellten Studien, die das eindrucksvoll belegen.

Um Vorsätze zu verwirklichen, können wir uns ebenfalls auf dieses urprinzipielle Denken stützen. Wer etwas in seinem Verhalten als negativ empfindet wie beispielsweise Wutanfälle, kann diese durch etwas Positives ersetzen. Es ist lediglich darauf zu achten, das Erwünschte aus derselben Urprinzipienkette zu wählen wie das

Negative. Wutanfälle, die zum Aggressionsprinzip oder anders gesagt zu Mars gehören, sind zum Beispiel nicht durch mehr Ordnung oder Konzentration zu ersetzen, denn die beiden Letzteren stammen aus dem urprinzipiellen Saturnbereich. Aus dem Marsbereich stammt offensives, mutiges Denken und Argumentieren; ihm entsprechen auch aggressive Sportarten. Wer also seinen Wutanfällen Herr werden will, ist mit angriffslustigem, mutigem Denken und offensiven Sportarten etwa aus dem Kampfkunstabereich deutlich besser beraten. Damit haben wir uns dem ersten Lebensprinzip, dem von Widder-Mars, bereits nebenbei angenähert.

Ein weiteres Beispiel soll das urprinzipielle Denken im Marsbereich beleuchten: Der kleine Dani litt seit längerer Zeit unter Allergien; dann war auch noch eine auffällige Bereitschaft zu Wutanfällen hinzugekommen. Konkret ergab die Anamnese aber nur einen einzigen, allerdings ungewöhnlich heftigen Ausbruch mit Umsich-Schlagen und Beißen. Dieser hatte bei den Eltern aber zu großer Besorgnis geführt und letztlich – auf Rat einer entsprechend belesenen Verwandten – zum Beratungstermin beim Psychotherapeuten geführt. Die Befragung der Mutter ergab keinerlei Besonderheit im Vorfeld des »Anfalls«. Die Frage an Dani ergab sofort und *wie aus der Pistole geschossen* den entscheidenden Hinweis. Er hatte kurz zuvor seine Katze »verschenken« müssen. Sogleich unterbrach die Mutter das erstmals ergiebige Gespräch und betonte, dass der Kater auf dringenden Rat des Hausarztes, eines Internisten und Allergologen, habe abgeschafft werden müssen, weil er Dani in Gefahr bringe. »Gar nicht«, maulte Dani.

Ein Gespräch mit Dani war kaum möglich, weil seine überbesorgte Mutter ihm ständig ins Wort fiel und oder ihm dieses direkt abschnitt mit Kommentaren, die überdeutlich von der Absicht getragen waren, darzustellen, wie sie und ihr Mann alles richtig entschieden.

Bevor Dani völlig mundtot gemacht wurde, verwickelte ich ihn in die Übung, sich die eigene Familie in Tieren vorzustellen und diese dann in eine Landschaft seiner Wahl zu malen. Währendes-

sen lenkte ich die Mutter ab und erfuhr so nebenbei noch einiges. Obwohl sie oft betonte, was für ein reizendes und braves Kind Dani sei, stellte sich heraus, dass er einen riesengroßen Schuhverbrauch hatte. Sie habe schon an mutwillige Zerstörung geglaubt und darüber nachgelesen. Tatsächlich schoss er jeden Stein aus dem Weg und haute auch oft – »völlig grundlos« – gegen Randsteine. Hinzu kamen Nägelbeißen, das sich trotz intensiver Bemühung ihrerseits nur unter massiver Strafandrohung bessern ließ. Auf meine Frage, ob er genug Bewegung habe, stellte sich heraus, dass er – »sehr begabt« – bei einer Tanzgruppe mitmache und auch durch die Waldorfschule diesbezüglich gefördert sei. Dort gab es regelmäßig Eurythmie-Übungen, und er spielte auch Kantele (ein Zupfinstrument). Auf mein Nachfragen, ob die Tanzgruppe wirklich Danis eigener Wunsch sei, stellte sich heraus, dass die Mutter die Tanzlehrerin war und ihn einfach mitnahm. Leider sei er meist der einzige Junge in der Gruppe!

Danis Zeichnung entwickelte sich inzwischen zu einem sehr aufschlussreichen Familienzoo. Er selbst war ziemlich groß im Zentrum des Bildes als Katze dargestellt, mit auffällig großen Zähnen, die wie ein Gesichtsgitter wirkten. Kommentar seiner Mutter: »Da hast du aber schon viel schönere Bilder gemalt.« Die Mutter hatte er als eindrucksvoll großen Hund gezeichnet; sie saß hinter einem Zaun, der verdächtig nach Gefängnis aussah. Der Vater stand als eine Art Reh oder Antilope auf der anderen Seite und abgewandt.

Beim nächsten Mal konnte ich die erste halbe Stunde allein mit Dani verbringen, und so erfuhr ich, wie sehr er die Tanzstunden hasste, das Kantelespielen nur ertrug und stattdessen – heimlich – von Fußball und Rockgitarre träumte. Als er merkte, dass ich gegen beides nichts einzuwenden hatte, versuchte er, mich sofort als Verbündeten zu gewinnen, um seine Mutter in diesem Sinne zu beeinflussen.

Obwohl Danis Aggressionsproblem eklatant war, erwies es sich schwer seiner Mutter die Augen dafür zu öffnen. Schließlich ge-

lang es Stück für Stück unter Hinzuziehen des Vaters, Dani erst aus der Mädchen-Tanzriege zu erlösen und dann beide Eltern davon zu überzeugen, dass ein Fußballverein geradezu Therapie für ihn sei. Dani konnte seinen Kater zurückerobert, ohne dass es zu einer Verschlimmerung der Allergie kam, und er blühte seelisch auf statt auf der Haut wie bisher. Wie vorausgesagt, ging sein Schuhverschleiß merkbar zurück, als er richtige Bälle vor die Füße bekam.

Allmählich kamen bei der Mutter ebenfalls allergische Symptome zur Sprache. Offensichtlich war Dani zur Projektionsfläche zahlreicher Aggressionsprobleme beider Eltern geworden, und allein das Sichtbarmachen dieser Problematik in vielen Bereichen des Familienlebens entlastete das Kind und seine Symptomatik deutlich. Einen weiteren Fortschritt brachte es, den Vater zu gemeinsamer Bewegung mit Dani zu gewinnen, was beiden auf verschiedenen Ebenen gut tat. In dem Maß, wie das Aggressionsprinzip als solches erkannt und dann auch – teilweise – in erlöster Weise zugelassen wurde, kam weitere Erleichterung in Danis Alltag, aber auch insgesamt in das Familienleben.

An ihr eingeschlafenes Sexualleben heranzugehen, war allerdings für die Eltern eine kaum zu bewältigende Hürde und Herausforderung, die anfangs selbst Dani zuliebe für die Mutter kaum überwindbar schien. Auch hier ergaben sich aber über offensives Ansprechen kleine Fortschritte, die sich ebenso auf Dani und seine Allergie auswirkten, obwohl sie gar nicht mit ihm direkt zu tun hatten.

Benutzungshinweise

Die jeweiligen Lebensprinzipien werden anhand wiederkehrender archetypischer Themen dargestellt. Dies ermöglicht eine schnelle Charakterisierung und Unterscheidung im Hinblick auf die anderen Prinzipien und erleichtert die Orientierung.

Die Auswahl der Themen und Zuordnungen – von Tieren bis zu Prominenten – ist eher willkürlich; lernen kann man das »Sehen von Prinzipien« an beliebigen Beispielen. Bei der Wahl der Pflanzen kommt es allerdings zu einer gewisse Betonung des Medizinaspektes. Einen Schwerpunkt bilden auch die den jeweiligen Lebensprinzipien zugeordneten Körperregionen und -organe sowie deren Krankheitsbilder.

Wer bei den Zuordnungen mehr Vielfalt im Sinne weiterer Beispiele braucht, mag das Taschenbuch *Das senkrechte Weltbild* (siehe Literaturverzeichnis) zu Rate ziehen. Es ist zwar didaktisch wenig geeignet, das senkrechte oder Analogiedenken zu lernen, aber mit seiner Fülle an tabellarisch aufbereitetem Material ergibt es ein ideales Nachschlagwerk und Arbeitsbuch.

Die Einbindung von Themen aus Geschichte und Politik, sofern sich dies vom Prinzip her ergibt, will unterstreichen, wie sehr Urprinzipien alle Bereiche nicht nur des persönlichen, sondern auch des kollektiven Lebens durchziehen. Es erleichtert ihr Erlernen, wenn sie anhand von Bekanntem illustriert werden.

In diesem Sinne sind auch vielfältige ausschweifende Assoziationsketten gewollt, da sie ebenfalls zeigen, wie stark diese Art des Denkens die verschiedenen Bereiche unseres Seins durchzieht. Dem Populären, wie etwa prominenten Persönlichkeiten, ist unter der Kapitelüberschrift *Feuilleton* Raum gegeben, denn erfahrungsgemäß bilden sie einen Schwerpunkt des Interesses. Das haben sie – lerntechnisch – Kunst und Kultur voraus. Da es gleichgültig ist, woran senkrecht Denken durchschaut und gelernt wird, wählen wir besonders eingängige Beispiele. Damit Form und Inhalt besser zusammenfinden und um das Lernen zu erleichtern, ist die jedem Prinzip entsprechende Sprache gewählt, und das Urprinzipielle besonders betonende Worte sind dezent hervorgehoben.

Urprinzipiell Erkanntes kann natürlich gleichermaßen für Therapie, Vorbeugung und das Fassen von Vorsätzen verwendet werden. Diese drei Aspekte wiederum ergeben sich für fast alle Bereiche der Existenz und speziell weit über die Medizin hinaus. Sie las-

sen sich auf Politik, Wirtschaft und ebenso auf die Umwelt anwenden. Ideal zum Erlernen eines Lebens- oder Urprinzips ist, sich zum Lesen die entsprechende Musik zu wählen oder sie während des Tages zu hören oder vertiefend zu einzelnen Persönlichkeiten, die einen besonders faszinieren, im Internet zu recherchieren und weitere Spuren des Prinzips in ihrem Leben zu finden. Natürlich wäre es am besten, den ganzen Tag dem gewählten Prinzip zu widmen, ihn den spezifischen Themen und Interessen entsprechend anzugehen und mit einem (arche-)typischen Film zu beschließen. Im Buch werden dazu viele Vorschläge gemacht; es gibt ausgezeichnete Filme zu verschiedenen Lebensprinzipien, die auf anschaulichste Weise in die jeweilige Urprinzipien-Welt einführen. Es ließe sich noch konkreter werden durch entsprechend Kleidung, wobei obendrein zu erkennen wäre, ob überhaupt Zugang und »Outfit« für das fragliche Thema vorhanden sind. Das Kapitel zum Mondprinzip ließe sich etwa mit einem gemütlichen Familienabend, das Waage-Venusprinzip mit einem entsprechenden Liebesfest beenden, mit sanfter Musik und venusischen Düften.

1.

Mars



Das Prinzip von Aggression
und Aufbruch

Ja, ich weiß, woher ich stamme,
 Ungesättigt gleich der Flamme
 Glühe und verzehr' ich mich.
 Licht wird alles, was ich fasse,
 Kohle alles, was ich lasse,
 Flamme bin ich sicherlich.

Friedrich Nietzsche

Die senkrechte Themenkette

Das Prinzip allen Anfangs, zu dem der erste Impuls und der erste Schritt in Neuland gehören, verfügt über den dazu notwendigen Mut und Tatendrang. Da es um Durchsetzung in neuen Bereichen geht, gehört nicht nur der Krieger, sondern auch der Pionier zum marsischen Prinzip. Eroberung von neuem Terrain ist das Thema – und damit die Geburt oder der Angriffskrieg, die Einnahme einer fremden Stadt wie auch die stürmische Eroberung eines Partners. Es geht nicht um Durchhalten, sondern eben um Durchsetzung, auch von neuen Ideen. Victor Hugo sagte kurz und treffend: »Nichts ist so mächtig wie eine Idee, deren Zeit gekommen ist.« Der Mut zu handeln und die Tat, auch die spontane, unbedachte Reaktion, gehören zu Mars.

Was auf den ersten Blick, der natürlich ganz dem marsischen Lebensprinzip entspricht, negativ erscheint, wird auf den zweiten klar. Das Prinzip des Anfangs ist geschichtslos und kann auf nichts zurückgreifen. Hier bricht ungeformte Energie spontan hervor und fordert ihr Recht. Schnörkellos bahnt sie sich ihren Weg. Es ist naheliegend, dass jemand, der keine Vergangenheit hat, rücksichtslos tätig wird; auf wen oder was sollte er auch zurückblicken.

Rot wie das lodernde Feuer ist die Farbe des Anfangs. Das rote Eisen ist sein Metall wie auch der Stahl, aus dem die meisten Waffen sind, die die menschliche Kraft verstärken.

Vom Beruf her ist der mit Feuer und Eisen kämpfende Schmied,



der seinen Hammer am Amboss schwingt und auf den glühenden Stahl einschlägt, hier zu Hause – wie der germanische Gott Thor mit seinem gewaltigen Hammer im religiösen Sinn. Beide müssen das Eisen schmieden, solange es heiß ist. Zum Marsprinzip gehören auch Krieger und Soldaten, besonders wenn sie brutal aus der Hüfte ballern oder ihr Schwert mit beiden Händen führen. Wer seine Zunge wie eine scharfe Klinge einsetzt oder mit spitzen Bemerkungen rücksichtslos punktet, zum Beispiel als Rechtsanwalt, folgt ebenfalls diesem Lebensprinzip. Weiterhin sind mutige, ja heldenhafte Feuerwehrmänner hier zu nennen, wobei Brandstifter zum selben Prinzip gehören. Außerdem Zahnärzte, die uns mit ihren scharfen, spitzen Werkzeugen auf den Zahn fühlen und am Zahn der Zeit bohren. Journalisten, die – wie die beiden Watergate-Aufklärer – etwas riskieren und für die Wahrheit kämpfen, sind weitere gute Beispiele für marsisches Berufsverhalten, das dynamisch und vordringend ist. Die Werbebranche mag vom schnellen und offensiven Mars zwar profitieren, aber letztlich ist sein Prinzip für sie zu ehrlich.

Unter dem Marsprinzip ist ein Mensch enorm begeisterungsfähig und kann andere mitreißen. Die Gefahr besteht aber darin, die

an- und aufgerissenen Ideen (und Partner) nicht durchhalten und umsetzen zu können, weil das Strohfeuer nur kurz währt. Was die Anbahnung von **Beziehungen** angeht, finden sich deshalb rasche, direkte, dadurch nicht selten sehr offensive und freche Vorgehensweisen und Anmachen nach dem Motto: »Darf ich bitten, oder wollen Sie vorher tanzen?« Da Durchhalten nicht typisch für dieses Prinzip ist, hat Treue wenig Chancen. Wir sehen hier eher ein stürmisches und mutiges Vorpreschen, und das Verlieben geschieht rasch und oft. Die Neigung zu amourösen Strohfeuern macht es nicht leicht, dauerhafte Beziehungen zu führen. Allerdings ist Mars zupackend und weiß, was er will – auch in sexueller Hinsicht. Das Erobern zählt zu seinen Stärken, doch oft ohne zu wissen, was mit der Beute anzufangen ist. Vorspiel ist nicht seine Sache; ein »Hopp-

la, ich war schon da«, entspricht eher marsischen Bedürfnissen. Streit könnte als Vorspielvariante dienen, immerhin ist in der Mythologie die Göttin des Streites, Eris, die Schwester von Mars.

Die passende marsische **Kleidung** sind Jeans, und zwar die echten mit Nieten, sowie abgewetzte lederne Cowboyklamotten wie Breeches und die einschlägigen Cowboystiefel.

Das **Motto** könnte lauten: »Wo ein Wille ist, da ist auch ein Weg!« oder »Frisch gewagt, ist halb gewonnen« oder »Veni, vidi, vici« (»Ich kam, sah und siegte«). Speziell Chirurgen würden mit einem »Machen wir mal auf, dann sehen wir schon« ganz im Sinne von Mars zur Tat schreiten.

Typische **Adjektive** sind akut, scharf, spitz, stürmisch, heiß, unüberlegt und gefährlich.



Von der Form oder **Signatur** betrachtet gehören alle archaischen Waffen zu Mars. Natürlich kann ein Speer auch zu Verteidigung gebraucht werden, aber Eindringen und Durchbohren bleibt in jedem Fall sein Thema. Ein Messer kann Brot und Kehlen durchschneiden und tut es immer auf marsische Art. Dem Skalp des Chirurgen unterwirft man sich freiwillig, und es sollte unbedingt extrem scharf und spitz sein, weil es sonst mehr verletzt und schädigt. Sinnlos also, marsische Eigenschaften wie spitz oder scharf negativ zu sehen. Allein schon an der Tatsache, dass wir den Frühling als marsisch aggressive Zeit charakterisieren, wird deutlich, dass es hier nicht um Wertungen geht.

Frühling, die für Mars typische **Zeit** am Anfang des Jahres, ist weder gut noch schlecht, sondern notwendig und die meisten lieben ihn. Die Milliarden von Keimlingen, die sich wie Speerspitzen im Frühling nach oben bohren und Mutter Erde – natürlich rücksichtslos – verletzen, sind wie alle Frühlingsboten dem Aggressionsprinzip zuzuordnen. Schneeglöckchen, die sich durch die Schneedecke schmelzen oder Frühlingsstürme, die dem Winter das Rückgrat brechen, sind erste marsische Boten des jahreszeitlichen Neuaufbruchs. Ähnlich wie die ihnen urprinzipiell verwand-



ten Knospen, die im Frühling ebenso rücksichtslos ihre Hüllen sprengen und zerreißen, sind die keimenden Pflanzen genauso spitz wie Pfeil- und Messerspitzen.

In der Woche gehört der Dienstag – italienisch *martedì*, französisch *mardi* (Marstag) – zu diesem Prinzip des Neuanfangs. Gegen den Dienstag, nach dem germanischen Kriegsgott benannt, haben wir nichts, den Frühling lieben die meisten sogar. In diesem Fall mögen wir es, wenn die Bäume ausschlagen, der Salat sogar schießt, die Säfte steigen und neues Leben sich mit aggressiver marsischer Kraft Bahn bricht.

Unter dem Marsprinzip ist das Denken scharfsinnig und zielorientiert und damit archetypisch männlich und direkt. Es kann begeisternd, bahnbrechend und mitreißend sein, aber auch konkurrenzorientiert, einseitig, eigensinnig und abstoßend parteiisch.

Das Fühlen gehört nicht zu den Stärken von Mars, sondern eher das fulminante Erleben und Äußern von Emotionen. Unter diesem aggressiven Lebensprinzip ist man sehr rasch außer sich vor Wut und Zorn, die aber auch beide schnell wieder verrauchen. Im Übrigen ist das Fühlen hier ursprünglich, archaisch, leidenschaftlich bis triebhaft und zügellos, immer ehrlich und manchmal tollkühn.

Beim Handeln ist Mars wieder ganz in seinem Element. Unter diesem Lebensprinzip will man als Tatmensch ständig seinen Kopf durchsetzen oder gleich mit ihm durch die Wand brechen. Reagiert wird impulsiv und jedenfalls schnell entschlossen; das Handeln ist äußerst zielstrebig, kann auf der unerlösten Seite auch hektisch und unbeherrscht wirken. Vor allem fehlt wie schon erwähnt die Ausdauer. Philosophie geht hier nicht sehr weit über die Floskel hinaus: »Schau'n wir mal, dann sehen wir's schon.«

Das Wappentier ist der streitlustige und stets kampfbereite Widder, der jede Herausforderung annimmt, aber nicht durchhält. Urprinzipsicher nannte man im Mittelalter den Rammbock zum Brechen starker Befestigungstore Widder. Unter seiner brutalen Kraft splitterten die Tore; sie gaben purer unerlöster Aggressionsenergie nach, die wir gemeinhin Gewalt nennen.

In jenen vergangenen Zeiten wurden durch die Macht des Stärkeren neue Verhältnisse geschaffen. Heute sind die Marskräfte nicht weniger brutal, nur oft viel versteckter und damit schwerer zu erkennen. So hat die US-Gesellschaft etwa Revolverhelden längst durch Rechtsanwälte ersetzt, die vielfach schon nicht mehr für das Recht, sondern für die Macht des Stärkeren streiten und diese auch durchsetzen. Gesetze werden dabei eher missbraucht und gegebenenfalls vergewaltigt.

Die sieben Entwicklungsstufen

1. Die unterste und völlig unerlöste Ebene konfrontiert uns mit Mord- und Totschlag, mit Krieg und Brutalität. Ziel ist, sich und die eigenen Interessen um jeden Preis durchzusetzen. Hier herrschen blanker, brutaler Egoismus und Ellbogenmentalität bis zur Vergewaltigung. Man(n) nimmt sich ohne Rücksicht auf andere, was geht, und nicht, was einem zusteht. Der Körper ist der Ort, wo sich diese archaischen Kräfte im wahrsten Sinne des Wortes austoben. Hier waren die antiken Berserker und sind heute manche modernen Bodybuilder tätig. Zerstörung ist kein Tabu, solange sie dem eigenen Vorteil dient; hirnlose Triebhaftigkeit bestimmt das Geschlechterverhältnis.

2. Auf der zweiten Stufe geht es schon etwas differenzierter um Konkurrenz und Rivalität. Primitives, geistloses Berserkertum ist überwunden. Sexualität ist nicht mehr lediglich Triebabfuhr und nur auf einen selbst, sondern auch schon auf den Partner bezogen. Heißblütige Aktionen der Eroberung und Durchsetzung werden nun mit einem gewissen Willen zu Einsatz und Leistung verbunden. Der Körper des Gegenübers kommt mit ins Spiel.

3. Auf der dritten Stufe verbinden sich Tatendrang und Mut mit weitergehenden Zielen. Eroberer und Pioniere agieren direkt und

entschlossen, aber nicht mehr blind zerstörend, sondern überlegter mit Beschlag belegend und sehr machtbewusst.

4. Auf der vierten Stufe finden wir neben Ehrlichkeit und Aufrichtigkeit, den großen Mut mit der Tendenz zu Zivilcourage, mit tatkräftigem Einsatz, kombiniert mit Vernunft. Die Freude an eigener Kraft und Energie führt zu mutigen und beeindruckenden Taten, die auch anderen nutzen. Der blanke Egoismus des Anfangs ist überwunden.

5. Die fünfte Stufe bringt den Genuss am Erleben eigener Kraft und spontanem Energiefluss. Die Lust am Kampf verfeinert sich zu Kriegskunst. Das Ritual des Kampfes wird entdeckt im Sinne europäischer Ritter oder japanischer Samurai, die uns beim Plutoprinzip noch ausführlicher begegnen werden und bei denen die Ehre das Spiel des Lebens bestimmt.

6. Auf der sechsten Stufe kommt es zum Genuss an völlig frei und absichtslos fließender Energie. Aus Tatendrang werden bewusste Handlungen, und die vordergründige Absicht verliert an Bedeutung. Wir erkennen ein Tun um des Tuns willen, weil das Rad gedreht werden muss, und Phala-varja, den Fruchtverzicht der Buddhisten. Es geht also nicht mehr um Belohnung und Zweck.

7. Auf der siebten völlig erlösten Ebene zeigt sich selbstloses, freies Handeln im Einklang mit Schicksalsgesetzen und Schöpfung.

So wie sich diese sieben Stufen von völlig unerlöst bis erlöst beschreiben lassen, könnten wir jedes Prinzip auch in Stärken unterteilen, aus denen sich Aufgaben entwickeln, und in Schwächen, die zu Gefährdungen führen.

Für das Marsprinzip ergeben sich die Schwächen und Gefahren aus den unteren Stufen 1 und 2, bei den Stärken ist ganz voran die Entscheidungsfähigkeit zu nennen; kein anderes Prinzip be-

kommt das Schwert so rasch aus der Scheide. Beeindruckend sind bei Mars der Wille zur Tat, die Willensstärke und der Mut zu Neuem, der Mut, in neue Bereiche des Irdischen, Wissenschaftlichen, Geistigen und Überirdischen vorzudringen, die Aggression und Durchsetzungskraft im Neuland, um dort neue Wege zu gehen und sie anderen zu bereiten. Initiativkraft, Spontaneität, mitreißender Mut und Zivilcourage gepaart mit großer Tatkraft sind seine Höhepunkte.

Tierreich

Neben dem Wappentier Widder ist das **Nashorn** von Signatur und Lebensart dem Marsprinzip zuzuordnen. Es hat ein bis zwei massige und dabei auch manchmal spitze Hörner auf seiner »Nase«, die es in seiner (häufigen) Wut als Rammbock nutzt. Dass daraus in Asien Potenzmittel für Männer gemacht werden, die »es« nicht mehr bringen, ist – aus Tierschutzperspektive – schändlich, aber urprinzipiell stimmig. Kurze Entfernungen können Nashörner wie



gewaltige Dampfresser rasch zurücklegen; Ausdauer ist ihre Sache jedoch nicht. Die Nase, die hervorragt oder hervorspringt, ist an sich schon von marsischer Gestalt. Seine Richtung immer der (eigenen) Nase nach einzuschlagen ist typisch für das Marsprinzip. Ist die Nase so armiert wie beim Nashorn, wird das Thema rücksichtsloser Durchsetzung überdeutlich.

Da es einige seiner Stacheln mit erheblicher Wucht abschießen kann, was zu entsprechend schmerzenden Verletzungen führt, ist bei den Tierbeispielen auch das **Stachelschwein** zu nennen.

Der **Igel** gehört nur aufgrund seiner Signatur mit den unzähligen nach außen gerichteten Stacheln hierher. Seine sanfte, defensive Wesensart geht dagegen ganz am Marsischen vorbei zum Mondprinzip. Was die Abwehrhaltung betrifft, ist der Igel wieder genauso marsisch unterwegs wie die Pioniere und Eroberer, die im Wilden Westen oder in Südafrika ihre Wagenburgen bauten, die nach außen vor Gewehrläufen nur so starrten. Die neuen Siedler schossen sich den Weg frei in eine vielversprechende Zukunft und hielten das für Verteidigung, dabei war es marsisch rücksichtslose Durchsetzung des Rechts des Stärkeren.

Raubtiere mit messerscharfen Augen, Zähnen, Krallen und kühnem Angriffsverhalten entsprechen ganz Mars, zum Beispiel alle Greifvögel und speziell der Jagdfalke, der sich in rasend schnellem Flug auf sein Opfer herabstürzt, vergleichbar militärischen Jagdflugzeugen. Der Adler gehört zwar unter diesem Jagdaspekt ebenfalls zu Mars, aber als König der Lüfte verkörpert er das Prinzip Sonne. Jaguare und pfeilschnelle Geparde jagen, kämpfen und laufen unter dem Marsprinzip. Das haben sie mit den meisten Sportautos gemeinsam, die, wie der Jaguar von der Form Geschossen nachempfunden wurden. Unter den Hunden sind hier scharfe **Jagdhunde** zu nennen, die mit voller Kraft der Fährte folgen und ihr Opfer zu Tode hetzen.

Auf der Mikrokosmos-Ebene ist Mars durch den **Floh** vertreten, der seinen Stachel in fremdes Fleisch rammt oder bohrt. Als Blutsauger hat er zwar auch etwas Plutonisches; als enorm sprungfähiger

ger, stechender, aufdringlicher Kerl, der ungefragt in Aktion tritt, gehört er aber zum Aggressionsprinzip.

In dem ihm archetypisch fremden Wasserreich wird Mars von Signatur und Jagdverhalten durch **Haie** und **Piranhas** vertreten. Während ein Hai sein Opfer verschlingt, kann ein Piranha es in Sekundenschnelle bis auf Gräten und Knochen zerlegen.

Pflanzenreich

Im Pflanzenreich ist das Marsprinzip durch die flach wurzelnde und damit eher haltlose **Fichte** vertreten. Wie eine Speerspitze stößt sie nach oben; in der Breite Wurzeln zu schlagen ist nicht ihr Thema oder das dieses Archetyps der Aggression. Dafür übersäuert sie durch ständiges Abwerfen ihrer Nadeln jeden Boden, und die Säure gehört mit dem Ausstoß aggressiver Protonen ebenfalls zu Mars. Ihr Prinzip »Nichts wie nach oben« macht Fichten als schnellwachsende, anspruchslose Wesen für die Holzindustrie rentabel. Für die Germanen war die Fichte als Maibaum Symbol der ungemein raschen Erneuerungskräfte der Natur. Der Maibaum wurde in der Nazizeit – typischerweise – zum kämpferischen Symbol ländlich bäuerlichen Widerstandes. Wie der Kriegsgott Mars sind Fichten nicht unbesiegbar, und vor einem einzigen starken Sturm kapitulieren manchmal ganze Fichtenäcker.

(Arche-)typischerweise ist die Fichte, genauer ihr aromatisches Öl, ein gutes Heilmittel bei Hexenschuss und Gliederschmerzen. Es wirkt zudem hustenlösend. Andererseits könnte man auch demjenigen *etwas husten*, den es angeht. Fichtenöl fördert – wie vom Saunaaufguss bekannt – die Durchblutung, und Blut gehört von Farbe und Art ebenfalls zu Mars, besonders der arterielle Bereich. Blut macht uns Druck – oder eben nicht. Es transportiert die Lebenskraft und spritzt gefährlich heraus, wenn eine Arterie spitz und scharf getroffen wird. Man verblutet schnell, und die Vitalität macht sich davon, ungefähr so rasch, wie sich Fichten bei starkem Sturm

umlegen oder Bodybuilder angesichts einer Spritzennadel. ●● 1 Zeile mehr

Unter den einheimischen Pflanzen verkörpert die **Stachelbeere** das Marsprinzip, und zwar aufgrund der Farbe ihrer Früchte und deren Art von Verteidigung gegen Ernteversuche. Bei **Rosen**, die als Königinnen unter den Blumen zum Sonnenprinzip gehören, sind die Dornen jedoch marsischer Natur wie auch oft die rote Farbe.

Wundervolle Heilpflanzen gehören *natürlich* ebenfalls zu diesem gefährlichen Prinzip wie die gelb leuchtende **Arnika** (Bergwohlverleih), eine Blume wie ein Krieger für die Verletzungen derselben. Windersaust und immer mitgenommen wie nach der Schlacht, trotz sie in höheren Berglagen den Unbilden des Wetters. Arnikatinktur brennt sehr auf Wunden, hilft aber auch gut bei Verletzungen. Sie stillt das Blut und desinfiziert in einem (schnellen) Zug.

Aconitum, der *Eisen-* oder Sturmhut, ist in der Homöopathie das Mittel des Anfangs. Gleich nach dem ersten Schock gegeben, kann es diesen lösen und Schlimmeres verhindern. Die Sage weiß, dass der Eisenhut entstand, als Herkules, von der Figur her ideales Modell für das marsische Lebensprinzip, den Höllenhund Cerberus aus der Unterwelt zerrte und dessen Speichel auf den Boden tropfte. Jedenfalls passt das alles gut zum Aggressionsprinzip, und tatsächlich ist der Eisenhut auch eine unserer giftigsten und damit gefährlichsten Pflanzen. Einst wurde er als Gift für Pfeil- und Speerspitzen gebraucht. Heute heilt er Fieber und lindert Schmerzen.

Staphisagria, die Stefanskörner, dienen in der Homöopathie als bewährtes Mittel gegen alle Schnittverletzungen und könnten damit sogar vor einer Operation – ausnahmsweise – prophylaktisch gegeben werden. Außerdem lindern sie wechselnde heftige Stimmungen.

Die **Brennnessel** (*Urtica urens*), die sich mit ihren scharf geränderten und mit unzähligen spitzen, kleinen Stacheln bewährten

Blättern gekannt alle Feinde vom Leib hält, kann bei Berührung empfindlich schmerzen und brennende Schwellungen auslösen. Das nutzten in der Antike die Priesterinnen des Priap, um mit Bündeln von Brennnesseln die Glieder der Männer zu peitschen. Diese hatten dann zum Ritual sicher entsprechend eindrucksvolle phallische Schwellungen zu bieten. Noch heute nennen wir den Zustand der schmerzenden Dauererektion Priapismus. Sonst ist die Brennnessel jedoch eine anständige Heilpflanze, die im Frühjahr einen wundervollen Blutreinigungstee und gutes spinatähnliches Gemüse gegen die entsprechende Müdigkeit liefert. Sie ist sehr eisenhaltig und wirkt erwärmend und anregend, hilft bei Gicht und Rheuma und ist damit bewegungsfördernd und insgesamt also typisch Marsisch. Die robuste, widerstandsfähige und vitale Pflanze vermehrt sich rasant, so wird es uns an ihr nie mangeln.

Nach den Lehren der chinesischen Medizin sind auch **Gewürze** heilsam, weil mit ihrer Hilfe das Essen bekömmlicher wird und es dem persönlichen Grad innerer Wärme angepasst werden kann. Scharfe Gewürze (*hot spices*) wie Chili, Peperoni, Paprika und Pfeffer können, schweißtreibend und heißmachend, in mehrerer Hinsicht wirken und wurden früher auch so vielfältiger verwendet als nur in der Küche. Auch Curry und Ingwer verfügen über diese heiße Qualität, die zu Mars gehört und über das Essen das innere Feuer anfacht und Hitze entwickelt.

Deutlich robuster und gewaltiger sind die Saguaro-Kakteen in ihrer prall aufragenden Vitalität. Mit ihrer eindeutigen Form ragen sie phallisch in den heißen Himmel über New Mexico, Arizona, Texas oder eben dem Wilden Westen. Von der Signatur ist der Phallus das Abbild des Marsprinzips. Beim Saguaro-Kaktus handelt es sich sogar um einen verzweigten Phallus, der über und über – einem Igel ähnlich – mit gefährlich spitzen Stacheln übersät ist, um sich vor Tierfraß zu schützen.

Landschaften und Orte

Die für Mars typischen Landschaften sind – wenn nicht von Schlachten, Kriegen und blutigen Revolutionen historisch gezeichnet – vulkanischer Natur wie etwa die Feuerberge auf Lanzerote.



Aber Mars ist nicht auf nur auf den Schlachtfeldern, sondern auch in den Schlachthäusern heimisch, genauso in Operationssälen und Kasernen oder auf Turnier- und Sportplätzen, wo um Siege gekämpft wird.

Marsische (Wohn-)Räume sind archaisch. Eigentlich wohnt man hier noch nicht, sondern haust eher noch, und zwar typischerweise in Tipi, Pfahlbau, Baumhaus, Blockhaus oder direkt am Lagerfeuer. Und nicht zufällig werden diese Stätten von Kindern, also Menschen vom Anfang, weltweit geliebt und überall nachgebaut.

Marsische Mythen

Das US-amerikanische Nationalepos, der Western, ist durch und durch marsisch. Wer nach drei Minuten nicht weiß, wer zum Schluss gewinnt und wen heiratet, hat ein Intelligenzproblem. Hier ist alles einfach, schnell, mutig und direkt. Dass die einschlägige gewöhnungsbedürftige Philosophie, die einzige, die die USA je hervorgebracht haben, darauf hinausläuft, der bessere Mann schieße schneller und vor allem zuerst, mag naiv wirken. Ex-Präsident George W. Bush hat der Welt jedoch gezeigt, wie hoch hinaus man mit dieser äußerst einfachen Art in einem noch so neuen und mars- beziehungsweise aggressionsfreundlichen Land kommen kann. In der Regel geht der reine Marstyp, der überall auf der Welt mit dem Kopf durch jede Wand will, zwar schnell voran, dafür aber nicht so weit. Der moderne Westernheld ist eher ein Elite-Soldat wie ein Marine, deren Wahlspruch ebenso primitiv wie marsisch lautet: »*You have a gun for killing and a gun for fun.*« Letzteres bezieht sich auf gun als vulgären Ausdruck für das männliche Glied. Wer seinen Phallus als Waffe sieht, was urprinzipiell vertretbar und typisch marsisch ist, hat allerdings zur Vergewaltigung nur noch einen kleinen Schritt.

Natürlich kann das Männliche auch erlöste Ausdrucksformen annehmen, aber männlich ist Mars durch und durch – ob es sich so roh und brutal erobernd ausdrückt oder heldenhaft mutig und ohne Rücksicht auf das eigene Leben feindliche Stellungen einnimmt. Oder ob es, wie am Beispiel von **Wilhelm Röntgen**, typischer Pionier und im marsischen Widderzeichen Geborener, sich darin zeigt, dass Neuland mutig beschritten wird. Röntgen gelang es mit den von ihm neu entdeckten Strahlen, die Grenzen des Körpers zu durchbrechen und in etwas hineinzublicken, wohin bisher niemand sehen konnte.

Mythologisch gehören auch Aspekte des germanischen Helden **Siegfried** zu Mars. Dieser war bei einem Schmied mit Feuer und Hammer aufgewachsen und schmiedet sich Balmung, sein unbe-

siegbares Schwert, gleich selbst – aus einem Eisen, das als Meteorit bereits mit Feuer vom Himmel gefallen war. Im Namen trägt er den Sieg vor dem Frieden und denkt nicht lange nach, sondern erschlägt den Drachen. Er wird damit zum Vorgänger eines späteren **Eisenhowers**, der als General und Haudegen und späterer US-Präsident den Nazidrachen erschlug.

Das ist ganz im Sinne von **Nike**, der antiken Siegesgöttin und amerikanischen Sportartikelfirma mit dem Slogan: »Just do it!« Andere denken erst nach, aber sie gehören auch zu anderen Lebensprinzipien. Als die Firma Nike aufflog, weil an den schnellen, schnittigen Sportschuhen und Klamotten quasi das Blut jener Sklavinnen klebte, die die Teile unter brutalsten Arbeitsbedingungen herstellen mussten, war das Marsprinzip immer im Spiel, nur eben selbst für aggressionsgewohnte Amerikaner zu unerlöst. So dankbar wir den verschiedenen »Eisenhauern« sein können, so gut müssen wir auf sie aufpassen und darauf achten, dass wirklich alles seine Zeit bekommt.

Odins Krieger, die **Berserker**, stehen mit ihrem Namen für das Marsprinzip und seine Chancen und Gefahren. Der oberste germanische Gott musste seine Krieger ständig in Ketten legen, damit sie nicht übereinander herfielen. Ließ er sie gezielt von der Kette, machten sie alles nieder, was ihnen vor die Klängen kam. Odins Aufgabe war es, den rechten Moment abzapfen und sie, nachdem ihnen der letzte Gegner zum Opfer gefallen war, sofort wieder in Ketten zu legen. Sonst hätten sie sich selbst den Garaus gemacht.

Solch einen Krieger hatte auch **Eisenhower** in **General Patton** zur Seite. Patton zwang den deutschen Gegner mit dem Trommelfeuer überlegener Feuerkraft seiner Sherman-Panzer nieder. Er forderte alles von sich und seinen Soldaten und wütete wie ein Berserker gegen die Nazitruppen. Hätten Eisenhower und Co. ihn gegen Kriegsende nicht sofort wieder angekettet und kaltgestellt, wäre er in seinem heißen Stil gleich weiter nach Moskau marschiert. Zu diesem Ziel bekannte er sich offen, ehrlich und direkt, das heißt im Stil von Mars, was es politisch leichtmachte, ihn an die Kette zu le-

gen. Erst viel später zeigte sich, wie recht Patton in seiner ungestümen Einschätzung der Lage gehabt hatte.

Die Deutschen der Neuzeit gehen als Reich und Idee auf einen noch früheren eisernen Krieger zurück: **Bismarck**, den eisernen und ersten Kanzler, der mit seiner Pickelhaube, dem Stahlhelm mit marsischem Spitz nach oben, das deutsche Reich schmiedete. So etwas geschah natürlich am besten an einem so marsischen Ort wie **Berlin**, das später ganz stolz darauf sein sollte, über Jahrzehnte Frontstadt zu sein. Die Hauptstadt Preußens ist weniger durch große Kunst und Kultur als durch das Marsprinzip und zwei von hier betriebene Weltkriege bekannt geworden. In Berlin herrschte sogar einmal ein Soldatenkönig, dessen Elitetruppe, die langen Kerls, sich durch Körpergröße statt Intelligenz auszeichneten. Von hier kamen mit den Ulanen und Husaren die nach den Mongolen und Hunnen berühmtesten Reitertruppen, die sich mit Kampfgeheul und in gestrecktem Galopp auf ihre Gegner und in den Tod stürzten. Hier wurden Kriegskabinette zusammengestellt und Kriege mit Begeisterung begonnen und anfangs bejubelt.

Als die Deutschen nach der Wiedervereinigung beschlossen, ihre Hauptstadt vom beschaulichen rheinischen Bonn nach Berlin zurück zu verlegen, war keine große Prophetie notwendig, um neuerliche und bis dahin undenkbbare Kriegsbeteiligungen zu befürchten. Mit entsprechenden UN-Einsätzen, aber vor allem mit dem Engagement in Afghanistan kamen sie schneller als befürchtet. Nicht gerade marsisch waren die kläglichen Versuche eines Verteidigungsministers, den Krieg einfach nicht so zu nennen. Die marsisch ausgerichteten deutschen Soldaten am Hindukusch, auf die ständig geschossen wurde, die zurückschossen und dabei auch fielen, verstanden die Welt nicht mehr. So war es geradezu erleichternd, als ein jüngerer, mutigerer, geradezu charismatischer Verteidigungsminister marsisch in die Offensive ging und Ross und Reiter beim Namen und den Krieg Krieg nannte. Er wurde aber auch schnell wieder »abgeschossen« wegen Unehrlichkeit in eigener Sache.

Insgesamt zeigt all das, wie wenig ehrlich wir heute mit dem Ag-

gressionsprinzip umgehen. Alle Kriege werden von Verteidigungsministern geplant und geführt. Man fragt sich natürlich, warum sich erst der russische Verteidigungsminister in Afghanistan verteidigen musste und dann der amerikanische zusammen mit all den anderen. Darüber hinaus zeigt das Ganze, wie wenig lernfähig das Marsprinzip in seiner einfachen militärischen Ausprägung ist.

Dass Deutschland am Hindukusch verteidigt werden müsse, Ausspruch eines besonders kampfeslustigen und mutigen bis toll-dreisten deutschen Politikers, kann nur marsisch erklärt werden: Erst handeln, dann denken!

Als in Korea Bürgerkrieg tobte und die USA gegen die Kommunisten mitkämpften, wurde ein Indianer, der sich dem verweigerte, bei der Gerichtsverhandlung vom US-Richter angeherrscht: »Ja, wollen Sie Ihr Land denn nicht verteidigen?« Die verblüffend ehrliche Antwort war: »Doch, wenn die Koreaner kommen, bin ich bereit.« Er zeigte noch das alte Verständnis von Verteidigung, heute haben es nicht nur Fußballtrainer, sondern auch Verteidigungsminister eher mit sogenannter Offensivverteidigung. George W. Bush und seine Bush-Krieger haben die westliche Welt an den Gedanken des prophylaktischen Verteidigungskrieges gewöhnt. Letztlich wird die alte marsische Devise »Angriff ist die beste Verteidigung« hier nur in neuem Gewand präsentiert.

Zu Mars gehört der Kampf um des Kampfes willen, und zwar auf vielen Ebenen vom militärischen bis zum partnerschaftlichen Schlachtfeld, wo festgefahrene Stellungskriege eher noch häufiger als in militärischer Hinsicht vorkommen.

Politik(er)

Viele Politiker weltweit haben sich marsisch betätigt, etwa **Nikita Chruschtschow**, der bei seinem ersten UNO-Auftritt den Schuh auszog, zur Waffe machte und damit auf das Rednerpult trommelte, oder der deutsche **Joschka Fischer**, seines Zeichens doppelter

Widder, als er den Bundestagsvizepräsidenten sehr direkt, ehrlich, offensiv und marsisch anging: »Mit Verlaub Herr Präsident, Sie sind ein Arschloch!«

Weitere typisch marsische »Politiker« waren die heißblütigen Dauerrevolutionäre **Pancho Villa** und **Emiliano Zapata**, die in Mexiko auch das geeignete marsische Terrain vorfanden. Als die expansiven ersten Nordamerikaner im heutigen Kalifornien und Texas auf diese Mexikaner trafen, konnte es nur krachen, und zwar marsisch und geschichtsträchtig.

Legendär geworden, wie Davy Crockett dem mexikanischen General Lopéz de Santa Anna heldenhaft und – für nicht dem Aggressionsprinzip Verpflichtete auch etwas naiv – Widerstand leistete. Mit wenigen Getreuen wehrten diese ersten Texaner bei San Antonio tagelang alle Angriffe ab und töteten Tausende Mexikaner, bevor sie selbst *ins Gras beißen* mussten.

Bei alledem geht es natürlich nicht um Geschichte oder Bewertung, sondern das Marsprinzip soll in Bild und Sprache so deutlich wie möglich und eher übertrieben dargestellt werden, damit es anschließend leichter zu identifizieren ist.

Feuilleton

Kultur ist nichts für Mars, dafür ist es in dieser urtypischen Anfangssituation einfach noch zu früh. Es fehlt sozusagen noch an Muße, die Waffen zu verzieren. Höchstens das Action Painting eines Jackson Pollock, die mit Schwung auf große Leinwände geschleuderte Farbe, oder der Expressionismus lassen sich von ihrer Art hier einreihen, im Übrigen nur Kampf- und Kriegskunst. Allerdings hat Vincent van Gogh mit seiner schnellen Art, malend Stimmungen genial einzufangen, die große Kunst verändert und bereichert.

Bei Musik und Tanz gehören neben Rock 'n' Roll, Jazzdance und Reggae die Stampfpfänze der Eingeborenen zu Mars. Bei der Marschmusik steht die *Marseillaise* an erster Stelle, der kompositorische Ge-

niestreich einer einzigen Nacht. Dieses rasche Erschaffen ist typisch für das Marsprinzip, aber auch das Marschieren, zu dem jede Marschmusik anregen will. »*Marchons, marchons!*«, lautet eine Zeile aus dem mitreißenden Refrain der französischen Nationalhymne.

Das (marsische) Bild der Freiheit (»Liberté«) taucht dazu auf, wie sie auf dem Gemälde von Delacroix als schöne Frau mit entblößter Brust auf den Barrikaden der Junirevolution von 1830 die Trikolore gepackt hat und ihre Mitstreiter mitreißt, vorwärtszustürmen, den Kampf mutig zu wagen. Als es ihr Uschi Obermaier bei der 68er-Studentenrevolte nachtat und auf den Barrikaden ebenfalls den hübschen Busen zeigte, kam dadurch zwar die Revolution nicht weiter voran, aber ein altes Symbol war wiederbelebt und machte sie – für ihre offen gezeigte nackte Entschlossenheit – weltberühmt.

In Jugendbewegungen wie dem Sturm und Drang oder der Hippieparole »*Sex, drugs and rock 'n' roll*« wird das Marsische bereits im Namen deutlich. Natürlich wollten die Hippies das Wassermannzeitalter, »*the age of aquarius*«, und damit das Uranusprinzip einläuten, aber als Jugendbewegung brauchten sie den Schwung und die Energie des Marsprinzips, und in Sex und Rock 'n' Roll fanden sie beides.

Unter den Prominenten jenseits von Politik und Geschichte sind beim Marsprinzip die großen Helden, Krieger, Schläger, Pioniere und Liebhaber der Filmgeschichte zu finden. Von der alten Garde ist **Errol Flynn** zu nennen, einer der größten Seeräuber und Liebhaber des frühen Hollywood, heiß geliebt und früh gestorben. **Warren Beatty**, schon im Namen Krieg und Schlägereien tragend, soll als »Mr. Testosteron« oder »Hengst von Hollywood« mehr als tausend Geliebte marsisch »beglückt« oder wahrscheinlich mehr »genommen« haben. In Filmen wie *Bonny and Clyde* und *Red* kam diese marsische Ader kämpfend und liebend im Sinne von Instant-Sex immer wieder durch.

Marlon Brando, der Rebell der fünfziger Jahre, spielte – nach Abbruch der Militärakademie – anfangs nur Macho- und Halbstarckenrollen wie *Der Wilde*, die ihn zur Kultfigur aggressiver Rebellion

machten. Später wurde er dann Hollywoods *Pate* und lebte als Verkörperung von einem Mafiaboss seinen Marsanteil. An seine zahllosen Geliebten soll er bereitwillig seine Hausschlüssel verteilt haben, die Damen aber jeweils so schnell, wie er sie erobert hatte, auch wieder vergessen haben. Er sprach offen davon, wie rasch er sich begeistern und entflammen konnte und wie kurz das Feuer nur anhielt. Selbst als er später große und differenzierte Rollen wie den Psychiater in *Don Juan DeMarco* spielte, blieb der Rebell unverkennbar, der seinen eigenen Kopf um fast jeden Preis und jenseits von Vernunft durchsetzen will. Marsische Helden sind Legion in Hollywood, vom legendären Kirk Douglas, dem Mann mit dem markanten Kinn, bis zu späteren Figuren wie Bud Spencer, dem Dicken, der einfach alle und alles niederschlug.

Frauen haben es unter diesem feurigen, archetypisch männlichen Prinzip (ihrer) Natur gemäß schwer. **Tania Blixen** schrieb den Roman *Jenseits von Afrika* und wurde durch dessen Verfilmung weltberühmt. Bette Davis hielt in Hollywood die marsische Fahne hoch, eher durch originellen Witz als durch die klassische Geliebtenrolle. Auf ihrem Grabstein steht: »*She did it the hard way*«.

Unter den ganz großen der Medizin ist unbedingt **Samuel Hahnemann**, der Begründer der Homöopathie, zu nennen. In seinem Horoskop finden wir Sonne, Mond und Merkur im Zeichen Widder. Hahnemann schenkte der Medizin mit dem Ähnlichkeitsprinzip, das allerdings schon Paracelsus kannte, und mit seiner Potenzierungsmethode eine wirklich neue Art der Heilkunst. Sie ist vom Resonanzprinzip getragen statt wie die übrige Medizin vom allopathischen Prinzip der Polarität und des Gegenpols.

(Arche-)typische Problemkette

Beziehungen auf dem Pulverfass

Streitigkeiten, die in einer Ehe oder Beziehung nicht offen angegangen werden, verschwinden nicht einfach. Die marsische Ener-

gie muss irgendwo bleiben. Sie kann sich in chronischen Stellungskriegen mit dem Saturnprinzip verbinden, vergleichbar der Situation am Ende des Ersten Weltkriegs. Oder sie kann sich mit Pluto verbinden und wie nach dem Zweiten Weltkrieg im Kalten Krieg aufstauen. Sie lässt sich aber auch nach innen in den Körper projizieren, wo sie sich in Krankheitsbildern äußert, oder nach außen, wodurch sich eine als feindlich missverständene Umwelt voller Widersacher ergibt.

Verkommt ein Partnerkonflikt zum Kalten Krieg, kann es sein, dass er gar nicht mehr als solcher wahrgenommen wird, da man alles unter den Teppich kehrt. In der Unterwelt der Beziehung schmort der Streit jedoch weiter. Er zeigt sich nur noch selten und wird lediglich für das geübte Auge sichtbar oder in den Albträumen der Nacht.

Stellen die Betroffenen auch noch den Geschlechterkampf im Bett ein und suchen in Seitensprüngen kurze Entspannung, kann dies eine Beziehung, die eigentlich keine mehr ist, sogar verlängern. Äußerlich wirkt jetzt alles ruhig und fast entspannt. Aber sobald genug Energie gestaut ist, reicht meist ein Wortfunken, um den Vulkan zur Explosion zu bringen. Früher war es klassischerweise nach sieben Jahren so weit und in der Ehe alles überkreuz, heute schafft es die Mehrheit der Ehepaare schon nach dreieinhalb Jahren. Dies zeigt uns recht deutlich, dass das Aggressionsprinzip umso rascher und härter zuschlägt, je mehr es verdrängt wird.

Am Ende ist meist die Ladung so groß, dass die beiden Ehe-Feinde sich selbst nicht mehr zutrauen, sie noch zu beherrschen. Andererseits können sie sich aber auch selbst nicht mehr beherrschen, sondern herrschen den anderen nur noch an. In der Regel sucht sich deshalb jeder einen Profi in Streitsachen, der sie vertreten beziehungsweise den Gegner stellvertretend treten soll. Die Anwälte machen dann den Streit in den dafür vorgesehenen juristischen Bahnen aus, die Mord und Totschlag verhindern.

Bei solch einem kämpferischen, typisch marsischen Beziehungsende, behält *er* dann oft das Auto, *sie* die Möbel, und den Rest

nehmen sich – mutig – die Anwälte. Das alles ist teuer und tut weh und gehört damit zu Mars. Je mehr Aggressionsenergie gestaut wurde, desto verhärteter die Fronten. »Bevor sie das bekommt, geb' ich alles dran!«, ist ein typischer Satz von ihm. »Soll er doch alles behalten, wenn ich ihn nur nie mehr sehen muss!«, tönt es typischerweise von ihr.

Oft geraten auch noch die Kinder zwischen die Fronten und werden zu Verhandlungsobjekten oder von rücksichtslosen Elternteilen zu Stellung- und Parteinnahmen gezwungen. Da sie zu je fünfzig Prozent aus beiden Elternteilen bestehen, lässt sich der Schmerz dieser Zerreißprobe vorstellen. Ähnlich brutal und sogar schon grausam, was zum archetypisch weiblichen Aggressionsprinzip des Pluto hinüberreicht, wird es, wenn die Kinder zu Trägern von Racheenergie missbraucht werden. Falls die Mutter auf zu viel verzichtet oder der Vater einfach zu wenig herausgerückt hat, kann sie – um ihm zu schaden – unbewusst ihrem Kind die Zukunft beschädigen, indem sie ihm das Bild des nicht mehr anwesenden Vaters ruiniert. Falls dies direkt, offensiv und marsisch geschieht, ist es weniger problematisch, weil das Kind das Spiel durchschaut. Falls das Gift (Pluto) aber klammheimlich in das Leben des Kindes geträufelt wird, kommt das Plutoprinzip voll zum Tragen. Einem Mädchen lässt sich so jede künftige Partnerschaft zerstören, einem Jungen das ganze Leben. Wie sich daran exemplarisch zeigt, kann die Energie von Mars, wenn diese konsequent verdrängt wird, ins Plutonische und damit zur archetypisch weiblichen Aggression verschoben werden.

Die Waffen im Mund verleugnen

Ähnlich fatal wirkt es sich beim Essen aus, wenn die Existenz des Aggressionsprinzips ignoriert wird. Vor allem auf vegetarische Vollwertkost und veganes Essen Getrimmte* begehen diese Fehler. Wer als Vollwert-Vegetarier übersieht, seine Waffen im Mund, die Zäh-

* Siehe dazu Dahlke, *Peace Food* (Literaturverzeichnis).

ne, konsequent einzusetzen, wird ganze Körner, wie auch große Obst- und Gemüsestücke schluckend in den Magen befördern. Dieser kann sie selbst mit seiner schärfsten Salzsäure nicht knacken und weiter aufschließen. Schließlich gelangt alles in den Dickdarm und beginnt zu gären mit dem Ergebnis scheußlicher Gasentwicklung. Diese macht Druck, und der muss irgendwann irgendwohin entweichen, sonst würden die solcherart Aggressionsgestauten platzen. Nach oben kann er nicht, weil zu viele Klappen im Weg sind, nach unten schon, über die eine Klappe, den Schließmuskel. So fangen die Betroffenen an, hintenherum zu stänkern, gegen andere anzustinken und werden richtiggehende Stänkerer. Statt die Zähne als Waffen einzusetzen und alles gut zu kauen, was dem Marsprinzip wundervoll entspricht, beginnen sie hintenherum stänkern, sich unbewusst mit Pluto einzulassen, dem archetypisch weiblichen Aggressionsprinzip. Das ist weder direkt noch ehrlich, noch mutig und folglich nicht marsisch, sondern plutonisch.

Die Zähne in *Schuss* zu halten mit täglichem Zähneputzen, dieser besonderen Art von Waffenpflege, sie gut einzusetzen und ihnen intensiv kauend Arbeit und Trainingsmöglichkeiten zu verschaffen, das ist alles sehr sinnvolle Bearbeitung des Marsprinzips. Auch jedes Muskeltraining ist so betrachtet sinnvolle Waffenpflege.

Wer rechtzeitig lernt, die Zähne zu zeigen und sich *durchzubeißen*, entwickelt *Biss* und wird von anderen dafür geachtet. Es ist durchaus angenehm, mit engagierten, mutigen Menschen zu verkehren, die für sich und ihre und die Belange ihrer Nächsten und der Umwelt einstehen können, sich gerademachen und einerseits Rückgrat und andererseits Biss zeigen.

Kastration von Schlachttieren

Aggressionsenergie hat viele Wege, sich körperlich in Gestalt von Symptomen auszudrücken. In der Kastration, die auch zum Marsprinzip gehört, findet dies eine besonders direkte, archaische Ausdrucksform. Wenn heute Millionen von Ferkeln in den ersten Lebenstagen ohne jede Narkose die Hoden aus dem Unterleib geris-

sen werden, ist das ein brutaler Akt brutaler männlicher Schlächter innerhalb eines brutalen Systems, in dem Schweinefleischesser den Geschmack von Eberfleisch weniger schätzen. In der sogenannten zivilisierten westlichen Welt ist das bis heute üblich und widerfährt den Ferkeln als Einleitung zu ihrem grausam kurzen Leben in unvorstellbar brutalen Fleischfabriken vor ihrem frühen grausamen Tod.*

In alldem kommt unerlöste Aggressionsenergie zum Ausdruck, über die Esser gelangt sie sogar in den Körper von Millionen Menschen. So lag Leo Tolstoi mit seiner Warnung nicht so falsch: so lange wir Schlachthöfe haben, werden wir auch Schlachtfelder brauchen. Dabei war das Elend zu seiner Zeit noch harmlos gegenüber den brutalen modernen Folter- und Tötungsfabriken, wobei die Folter schon wieder zum Plutoprinzip gehört.

Bezeichnend für unsere Zeit ist, dass fast alle männlichen Tiere gleich nach ihrer Geburt äußerst grausam kastriert oder entsorgt werden. Die Millionen männlicher Küken, die als Legehennen nicht in Frage kommen, werden einfach lebendig geschreddert. Wer sich solch einen Häcksler voll Küken vorstellen mag, hat ein Bild unerlöster brutaler Marsenergie.

Medizin

Marsische Orte im Körperland

Alle Muskeln, einschließlich des Herzens, sind Mars zuzuordnen. Auch die Blutgefäße sind letztlich Muskelschläuche, genauwie das ganze Darmrohr. Obwohl sie inhaltlich eine urweibliche Höhle darstellt, ist die Gebärmutter als Muskelsack ausschließlich aus archetypisch männlichen Muskeln aufgebaut.

Muskeln stellen die Motoren des Körpers dar, der sie überall braucht, wo etwas zu bewegen ist. Hauptsächlich bekannt sind sie

* Siehe dazu Dahlke, *Peace Food* (Literaturverzeichnis).

uns als Skelettmuskeln, die uns bewegen und mit denen wir etwas bewegen können. Schon kleine Jungen zeigen stolz einen möglichst dicken Bizeps, um ihre Kraft zu demonstrieren und entsprechenden Eindruck zu schinden.

Ein weitgehendes Fehlen von Muskeln zeugt von einem Mangel an Bewusstheit im Hinblick auf Aggressionsenergie; eine gut ausgebildete kräftige und offensichtlich intensiv und mutwillig benutzte Muskulatur spricht für einen guten Bezug zum marsischen Lebensprinzip.



Die extrem muskelbepackte Bodybuilder-Figur verrät Überkompensation. Woran sich etwas Grundsätzliches zeigt: Jedes Thema lässt sich in den Extremen von Defizit und (Über-)Kompensation leben, aber auch in einer natürlichen und normalen Mittellage. Der Bodybuilder mag sein Aggressionsproblem, das vielleicht in mangelndem Mut oder fehlender Durchsetzungskraft liegt, ahnen, und will deshalb mit eindrucksvollem Muskelaufbau von dieser Tatsache ablenken beziehungsweise sie kompensieren. Jedenfalls ist in Praxen bekannt, dass es sich meist um verblüffend ängstliche Männer handelt, denen man trotz eindrucksvoll dicker Venen niemals im Stehen Blut abnehmen darf wie etwa einer

Frau, die Kinder geboren hat. Man legt solch »übermächtige« Typen besser vorsorglich in Schocklage, weil die schweren Muskelberge später, nach einem Kollaps, wenn in der Ohnmacht alle Kraft und Macht sie verlässt, nur mühsam zu heben sind.

Die roten Blutkörperchen (Erythrozyten) und besonders das Hämoglobin als ihr Farbstoff gehören ebenfalls zu Mars. Es ist Eisen, das für die rote Farbe sorgt und für den Energieumsatz zuständig ist. Als Metall des Aggressionsprinzips ist es die Basis unserer Waf-

fen und als Blutfarbstoff die Grundlage der Vitalität. Bei Eisenmangel spricht man von Anämie oder Blutarmut. Ist das Blut als Symbol des Lebensflusses und seiner Kraft arm an diesem marsischen Metall, macht es das ganze Leben farblos. Betroffene fühlen sich (lebens-)müde und schwächlich. Die schulmedizinische Therapie besteht darin Eisen zu geben, was meist nur Übelkeit auslöst, weil die Betroffenen das Prinzip dahinter offenbar zum Kotzen finden. Es ist deutlich nachhaltiger, psychotherapeutisch eine Art von Leben anzuregen, das Mars und damit die Aggression aus der Sündenbockecke des Lebens befreit und ihm die Chance auf Integration verschafft.

Unsere Zähne bieten generell Hinweise auf unser Verhältnis zum Aggressionsprinzip. Zeigen sie blitzend weiß und in guter Ordnung die Möglichkeit zu vitalem Biss und geordnetem Umgang mit Aggressionsthemen, oder handelt es sich eher um einen äußerlich gut restaurierten Zahnfriedhof? Im letzteren Fall stützt sich das Marsprinzip jedenfalls auf der Gebissebene nur auf Prothesen und damit auf die Vortäuschung falscher Tatsachen.

Neben den Waffen im Mund, den Zähnen, sind auch die an Händen und Füßen, die Nägel, Mars zuzurechnen. Die Reste unserer Krallen können ebenfalls zeigen, wie es um unsere aggressive Potenz steht. Natürlich könnte das auch der Penis auf seine phallische Art, nur eben erst wenn schon alle Hüllen gefallen sind. Die äußeren Waffen hingegen verraten schon vieles im Vorfeld und können so Enttäuschungen und Fehleinschätzungen verhindern. Wer also starke, gesunde Krallen an Händen und Füßen zeigt, ist offenbar in der Lage, sich festzuhalten und für sich festzuhalten, was er braucht. Er findet so leichter Halt auf der Erde und kann sich nehmen, was er will. Sind die Krallen noch obendrein farbig und dann meist in der Farbe des Blutes markiert, spricht dies für marsische Ansprüche an die Welt. Sind sie dagegen abgebissen, handelt es sich um ein durch und durch marsisches Problem.

Physiognomisch kann unser Kinn unsere Durchsetzungsbereitschaft und unseren Willen darstellen, unsere Stirn die Konfrontati-

onsbereitschaft und unsere Nase phallisch libidinöse Ansprüche. Aus dem Volksmund kennen wir dazu den Spruch: »Wie die Nase des Mannes, so auch sein Johannes.« Insgesamt ist der **Kopf** dem Aggressionsprinzip zuzuordnen. Wenn wir mit ihm *durch die Wand gehen*, benutzen wir ihn auch noch auf marsische Art. Tatsächlich kann die Stirn beim sogenannten Kopfstoß zur Waffe werden, der zwar beim Boxen und Fußball gleichermaßen verboten, aber doch inoffiziell recht populär ist.

Der Kopf ist zudem als Heimatbasis des Denkens unsere wirksamste und damit beste, aber auch gefährlichste Waffe. Von hier gehen offensiv aggressive Gedanken aus und bahnen sich über spitze und möglicherweise auch scharfe Bemerkungen unter Beihilfe der Zunge ihren Weg ins Freie. Natürlich lässt sich am Zustand von Zähnen, Krallen oder Muskel- und Immunsystem ablesen, mit wie viel Mars wir geschlagen oder gesegnet sind. An der Art, wie schnell, spitz und scharf wir die Zunge einsetzen und wie schlagfertig unsere Antworten und Entgegnungen kommen, lässt es sich zudem hören. Wie mutig wir mit Gedanken vorpreschen und unsere Ideen in den Raum stellen, zeigt es ebenfalls.

Körpereigene Polizei und Streitkräfte

Das **Immunsystem** zeigt unsere Abwehrbereitschaft und offenbart zugleich, wie gut Körper und Seele zusammenarbeiten. Bei großer seelischer Offenheit, verbunden mit der Bereitschaft, sich anstehenden Herausforderungen zu stellen, ist das Immunsystem in guter Verfassung. Je offener das Bewusstsein, desto besser kann die Abwehr den Körper abriegeln und schützen. Wird aber der Geist enger und beginnt auszuschließen, muss das Immunsystem den Körper stellvertretend öffnen und im Bewusstsein nicht ausgelegene Konflikte als Entzündungen im Körper aufflammen lassen. Das englische Wort *inflammation* zeigt den Zusammenhang zu den Flammen des Feuerelementes, das deutsche betont den Zündfunken. Jedenfalls handelt es sich um ein heißes marsisches Thema.

Das Immunsystem ist das körpereigene Militär- und Polizeisystem in einem. Sobald Erreger eindringen und durch ihre Andersartigkeit Aufmerksamkeit erregen, springt der Polizeiapparat an. Zuerst versucht eine lokale Polizeitruppe von weißen Blutkörperchen, den Entzündungsherd beziehungsweise die feindliche Erregeransammlung einzukesseln. Sind die Feinde zu stark und können sie sich mit ihrer Strategie gnadenloser Vermehrung aus der Einkreisung befreien, werden generelle Abwehrmaßnahmen notwendig wie etwa bei Bakterien eine spezielle Waffenproduktion. Deren Ergebnis sind jene Antikörper, die als Lenkwaffen die Vorlage für die US-amerikanischen Marschflugkörper abgaben. Beide sind genau programmiert und finden treffsicher ihr Ziel.

Die Programmierung des Immunsystems erfolgt über einfaches Maßnehmen an der äußeren Form eines einzelnen Bakteriums. Diese Vorlage wird anschließend millionenfach kopiert. Die Antikörperflut stürzt sich nach Ende der Inkubationszeit dann zielsicher und skrupellos auf den Feind, um mit diesem zusammen in tödlicher Umklammerung zugrunde zu gehen. Diese Kamikaze-Strategie hat schon wieder etwas Plutonisches.

Die Inkubationszeit ist das Zeitmaß für den Aufmarsch des körpereigenen Heeres mit all seinen regulären Truppen und Spezialeinheiten. Hier gibt es eigentlich alles, was wir auch bei äußeren Kriegen an Schreckensmaterial finden. Die Infektion ist ein einziges Hauen und Stechen, ein Töten und Getötetwerden. Es gibt reguläre Körpertruppen, die sich den Feinden direkt stellen, und fünfte Kolonnen, die hinter den Linien subversiv kämpfen und dem Gegner das Terrain erschweren. Falls notwendig, kommt es auch zu Fieber im Sinne einer Generalmobilmachung. Mit jedem Grad Fieber verdoppelt sich die Abwehrkraft, so dass sie bei 39 Grad schon vervierfacht ist.

Zum Immunsystem und Marsprinzip gehören also alle **Entzündungen**, was die Medizin als »-itis« bezeichnet von der Tonsillitis der Mandeln bis zur Kolitis im Darm. Wer also häufig unter Entzündungen leidet, kann davon ausgehen, dass auf die Körperebene

gesunkene Konflikte sein Thema sind und dass er auf der Bewusstseinsebene zu wenig Auseinandersetzungen führt. Konfliktscheu erhöht die Infektionsanfälligkeit. Wir können uns folglich vom Leben und seinen Themen erregen lassen oder Erreger aufnehmen, und das Immunsystem springt ein und schlägt unsere Schlachten und kämpft unsere Kriege stellvertretend. Wer – wie in der Einleitung dargestellt – sich nicht traut, seine Aggressionsenergie denkend einzusetzen, wird Konflikte in Infektionen wandeln. Wer diese weiter mittels Schulmedizin unterdrückt, wird wissenschaftlich nachweislich Allergien ernten. Wer auf diese weiter allopathisch einschlägt, kann es weit, nämlich bis zu Autoaggressionen und damit wieder in den plutonischen Bereich bringen.

Pollenallergiker haben beispielsweise ihre liebe Not mit dem marsischen, aggressiven Prinzip des Anfangs und Frühlings und lieben es folglich nicht. Pollen symbolisiert als männlicher Samen Befruchtung und Libido, die ebenfalls Bezug zu Mars haben. Wer sein Leben und die im Frühling erwachenden Kräfte des Anfangs und der Fruchtbarkeit bis in ihre Tiefen bejaht und den ebenfalls marsischen Aktionen männlicher Sexualität im Sinne von Eindringen, Durchbohren und Befruchten in all ihren Spielarten zugeneigt ist, kurz, wer den Geschlechterkampf bis in die eigene Speerspitze liebt oder als sein hingebungsvolles Opfer, kann sich den symbolischen Kampf mit Pollen ersparen. In einer Gesellschaft, die mit dem Marsprinzip so große Probleme hat wie die Moderne, spiegeln oft schon kleine Kinder diese Ablehnung und tragen Stellvertreterkämpfe für ihre Umgebung in immer früher auftretenden Allergien aus. Dass Impfen Allergien fördert, ahnen inzwischen sogar manche Schulmediziner.

Ein marsischer Lebensmoment – die Geburt

Ein besonders marsisches Geschehen, das wichtige Aspekte dieses einfachen und für die Medizin so wichtigen Archetyps offenbart, ist die **Geburt**. Mit diesem ersten Schritt ins Leben haben wir alle begonnen. Wie wir geboren wurden, kann uns besonders klar zeigen,



wie es um Mars in unserem Leben steht, weil sich im Anfang alles zeigt. Ihm wohnt dieser ganz besondere Zauber inne, von dem Hermann Hesse in seinem Gedicht *Stufen* spricht. Die ideale Geburt ist gegeben, wenn das Kind rechtzeitig die innere Wendung nach unten vollzieht und die Mutter ihm mit kräftigen Presswehen rasch und mit ungeheurem Nachdruck ins Leben verhilft.

Wer schon gleich am Anfang des Lebens, am Ende der Schwangerschaft den (marsischen) Kopfsprung ins Leben verweigert und sich nicht umdreht oder sogar querlegt, gefährdet sein und im letzteren Fall auch das Leben seiner Mutter. Ein Baby in **Steißlage** kann noch auf natürlichem Weg geboren werden, allerdings muss sich dabei sein Dickkopf mit der Nabelschnur als Letztes durch den Engpass des Geburtskanals pressen, was die Sauerstoffversorgung des Gehirns bedroht. Die **Querlage** führt heute zum Kaiserschnitt und damit zu einer Zwangsgeburt, sozusagen zu einer Vergewaltigung zum Leben. Mit ihren scharfen Skalpellen und mutigen Schnitten lassen Gynäkologen dabei durchaus Blut fließen, und so bleibt das Marsprinzip von Anfang an im Spiel des Lebens. Wenn sich ein Kind nicht umdreht, ist dies bereits eine Form von Verweigerung gegenüber dem Leben und den Anforderungen, die es bezüglich **Mut** und **Vertrauen** an uns stellt. Hier weigert sich ein **Neu-**

ankömmling von Anfang an, dem Leben die Stirn zu bieten. Legt es sich aber quer, ist dies eine Totalsabotage, die – ohne gynäkologische Intervention – zum Tod von Mutter und Kind führt. Die Querlage schiebt alle Verantwortung den anderen zu und ist mit der Grundhaltung »Seht ihr zu, dass aus mir was wird« ein ebenso unpassendes es wie *deutliches* Programm für das kommende Leben.

Auch bei der Steißlage wird das Kind letztlich mit der Muskelkraft der Geburtshelfer ins Leben gezerrt, und Mars ist mit dabei. Da wir heute wissen, wie viel besser eine natürliche Geburt für das spätere Leben von Mutter und Kind ist, zeigt sich auch hier, dass das Aufschieben der Aggressionsenergie nur Verschlechterungen bringt.

Kinder kommen idealerweise mit einem Kopfsprung ins Leben und schreien anschließend viel, besonders wenn die Zähne, ihre Waffen im Mund, durchbrechen. Kindliches Gebrüll gilt nach dem Geburtsakt als gutes, vitales Zeichen des Anfangs. Es bleibt einige Zeit fast einzige Ausdrucksmöglichkeit.

Krankheitsbilder

Wer seine Aggressionsenergie in Gestalt erster Impulse und Gedanken beiseite schiebt, weil er weder dem ersten Blick noch der Liebe auf den ersten Blick traut, der wird zynisch und bissig, später vielleicht sogar sarkastisch. Das ist alles andere als angenehm für ihn selbst und seine Umwelt. Aber es ist sein Notbehelf, diese ursprüngliche Aggressionsenergie wenigstens noch herauszulassen. Tut er das nicht, sondern beginnt, alles zu schlucken und in sich hineinzufressen, gefährdet er seinen Magen im Sinne eines Magen-geschwürs, das ein Akt der Autoaggression und Selbsterfleischung ist, womit wir schon wieder beim Plutoprinzip wären.

Wenn ein Mensch seine Spontaneität konsequent am Ausdruck hindert, sind auch Kopfschmerzen ein Ausweg für die Marsenergie. Bei den typischen Kopfschmerzen, die 80 Prozent der modernen Menschen und 0 Prozent der archaischen kennen, gibt es verschiedene Varianten, die die Zentrale in Schmerz versetzen, der als Hil-

feschrei an sich schon zum Aggressionsprinzip gehört. Am häufigsten finden wir eine Blockade des ersten Gedankens oder ersten Impulses. Blockaden gehören ihrem Wesen zum Saturnprinzip. Sie lassen den Denker auf seinen Gedanken sitzen, die sich schmerzhaft bemerkbar machen, sozusagen um Hilfe schreien, wenn der Zustand zu lange anhält. Eine besonders behindernde Art von Kopfschmerzen verursacht die **Migräne** oder Hemikranie. Der halbe Kopf schreit vor Schmerz und fühlt sich zum Zerspringen an. Migräne ist im Sinne von *Krankheit als Symbol* zu Kopf gestiegene Sexualenergie. Hier wird das Marsprinzip besonders deutlich, zu dem sowohl der scharfe Schmerz als auch der schnelle Sex und der offensive Kampf gehören. Wer seine Sexualität unbewusst bekämpft und ihr im Becken nicht den notwendigen (Lebens-)Raum gibt, kann erleben, wie sie ihm aus diesem vermeintlich schmutzigen unteren Bereich zu Kopf steigt und dort um Hilfe schreit und manchmal sogar brüllt. Die Tatsache, dass nur die eine Seite schreit, mag andeuten, wie einseitig dieses Leben angegangen wird.

Falls Muskeln sich entzünden im Sinne einer **Myositis**, handelt es um ein Aggressionsproblem auf Marsebene. Wenn sie sich verhärten, ist es ein Saturnthema auf Marsebene. Falls sie reißen, ist Mars wiederum doppelt im Spiel, wenn man es von der Symptomatik und vom Ort des Geschehens her betrachtet. Schon das Wort **Muskelriss** drückt vom Klang etwas von der marsischen Dramatik aus.

Dass alle körperlichen und seelischen **Verletzungen** zum Marsprinzip gehören, war bereits angeklungen. Bei ersteren wird dabei fast immer die äußere Grenze des Körperlandes, also meist die Haut, durchbohrt, durchstochen oder jedenfalls verletzt. Fremdes dringt gegen unseren Willen ein, tut uns weh und stört unsere Integrität. Verbrennungen zeigen vom Element Feuer her, dass wir ein besonderes Widerstandsproblem mit diesem heißen Thema haben, das uns nun auf seine heiße, brennende Art so gewaltsam auf den Pelz rückt. Sind Verletzungen gefährlich, kommt das Aggressive noch deutlicher zum Tragen. Sind sie lebensbedrohlich, verraten

sie, wie sehr Mars verdrängt war und mit welch gewaltsamen Mitteln er sich nun Zugang zu uns verschaffen muss.

Bei seelischen Verletzungen ist lediglich die Ebene geändert, der Schmerz aber kann noch tiefer gehen oder jedenfalls tiefer gefühlt werden. Das Verhältnis zwischen Körper und Seele ist wie immer einfach: Lassen wir das Leben freiwillig tief zu uns hinein, wird es sich nicht mit Gewalt Zugang verschaffen müssen. Lassen wir unsere Grenzen im übertragenen Sinn geöffnet, kann der Körper seine stabil geschlossen halten. Verletzt können wir nur dort werden, wo wir Widerstand leisten. Wer ständig in Bewegung, bereit und hingebungsvoll im Fluss des Lebens mit geöffneten Sinnen unterwegs ist, wird nicht überfallen werden und ist kaum verletzbar.

Der zynische oder blockierte Mensch wird auf Dauer – wenn er die Falle, in der er bezüglich des Aggressionsprinzips steckt, nicht durchschaut – anderen immer verbissener und letztlich zerknirscht erscheinen. Letzteres können Zahnärzte dann an den Schliff-Faszetten der Zähne erkennen. Von diesem als **Bruxismus** bekannten Phänomen sind inzwischen etwa dreißig Prozent der deutschsprachigen Bevölkerung betroffen. Wie schade um all diese an sich wundervolle Aggressionsenergie, die da nachts verbissen, verknirscht, vermalmt und verpresst und letztlich vertan wird! Was, wenn sie in die Wirtschaft eingespeist würde? Was erst, wenn sie auf Partnerschaftsebene in vitaler, marsischer Form ausgelebt und genossen würde?

Zahnärzte werden hier zu typischen Lückenbüßern mit ihrer – für das allopathische Denken der Schulmedizin typischen – unterdrückenden Symptomtherapie. Sie messen den tagtäglichen Aggressionsverweigerern, die nachtaktiv ihre Waffen im Mund ruinieren, eine Plastikschiene an. Diese kann in der Rolle einer Art entmilitarisierten Zone im Mund die Kämpfer der oberen von denen der unteren Phalanx trennen. Die Plastikschiene übernimmt somit die Funktion von UN-Truppen. So wird oberflächlich das Schlimmste verhindert, aber langfristig und vor allem in der Tiefe nichts gelöst.

Zahnschmerzen sind doppelt marsisch, denn hier schreien die Waffen des Mundes aggressiv um Hilfe und Zuwendung. Wir gehen aber nicht gern zum Zahnarzt, weil wir die marsische Art fürchten, mit der er sich seiner und unserer Themen annimmt. Aber jeder weiß, dass er lieber rechtzeitig zum Zahnarzt gehen sollte, denn das nicht beachtete Aggressionsprinzip führt, sich selbst überlassen, zu immer schmerzlicheren Erfahrungen im Marsreich.

Mit den Waffen im Mund, den Zähnen, werden von Aggressionsverweigerern auch die Waffen an den Händen abgebissen und so die eigenen Krallen amputiert. Das **Nagelbeißen** geschieht oft aus unbewusster Angst, sie könnten sich sonst zu viel nehmen oder zu viel wagen. Hier handelt es sich also um einen Akt der Selbstkastrierung im Aggressionsbereich. Einmal hatte ich einen kleinen Patienten, bei dem das Thema so ausgeprägt war, dass er sich auch noch – akrobatisch begabt – die Fußnägel abnagte.

In der Grundschule mussten wir am Montagmorgen dem Oberlehrer unsere Hände zur Inspektion präsentieren. Waren sie – vom Stress des Wochenendes – niedergebissen, setzte er zur Strafe noch eines drauf und schlug mit einem Holzlineal auf die Finger. Das tat so weh, dass die Betroffenen oft die Finger wegzogen, was postwendend zu einer sogenannten Kopfnuss und anschließender Wiederholung der Schläge auf die Finger führte. Die Nägelbeißer bekamen es im wahrsten Sinne des Wortes auf die Finger. Der Oberlehrer konnte die Seuche so zwar nicht ausrotten, aber niederhalten. Bereits damals war auffallend, wie es praktisch nie die wirklich frechen Bürgerkinder traf, sondern die sowieso schon verschüchterten Bauernkinder.

Es überrascht nicht, dass ein Oberlehrer mit acht Klassen in einem einzigen Raum Aggressionsprobleme hat. Heute ist verboten, dass er sie brutal an Schülern auslässt, die sie ebenfalls haben. Schlagen und Schreien ist Lehrern inzwischen untersagt. Es bleibt die Frage, wo die solcherart durch Züchtigung mit marsischen Methoden auf marsischem Terrain ausgeübte und nun unterdrückte

Marsenergie hingekommen ist. Verschwunden ist sie jedenfalls nicht, sondern wird sich andere Wege des Ausdrucks wie Allergien und marsische **Berufskrankheiten** gesucht haben.

Mittlerweile hatte ich schon Lehrer als Patienten, die über lange Strecken stockheiser waren, ohne überhaupt gebrüllt zu haben, eben gerade deswegen. Viele hatten – im Sinne einer Nasennebenhöhlen-Entzündung – chronisch die Nase voll, einer litt am Schulter-Arm-Syndrom mit erheblichen Schmerzen in der rechten Schulter. Er konnte den rechten Arm überhaupt nicht mehr heben, wie zum Zeichen, dass er seine Hand nicht gegen die Kinder erheben durfte. Sein Körper machte es ihm auf diese schmerzhafte Art nochmals klar. Schmerzen, symbolisch nichts anderes als Hilfeschreie einer Region oder eines Gewebes, ersetzen oft die konkreten Schreie. Vielen Lehrern ist jedenfalls noch immer zum Schreien, und sie tun es nicht, sondern unterdrücken die Schreie, aber nur um sie später im eigenen Körper als Schmerz zu ernten.

Eine Lehrerin, vor lauter Rück- und Nackenschlägen schon ganz krumm, schlich sich gleichsam in gebückter Haltung aus der Schule und damit vom Ort demütigender Niederlagen. Andere bekommen Depressionen und geben auf, wobei in diesen die Autoaggression, wie sie sich in Selbst-Mordgedanken ausdrückt, schon wieder ins Plutonische weist.

Kinderkrankheiten

Die sogenannten Kinderkrankheiten des Anfangs, die früher wie heute noch das Zahnen zum Leben gehörten, gehen oft mit hohem Fieber einher und nicht selten mit roten Ausschlägen, und die Kinder schreien – gleichsam zur Untermalung – urprinzipiell stimmig. Die Ausschläge oder Exantheme, wie Mediziner sagen, blühen tatsächlich auf der Haut auf, und während die Kinder den nächsten Reifungsschritt machen, blüht den Eltern eine neue Erfahrung. Beim Keuch-Husten keuchen und husten die Kleinen ihnen tatsächlich wochenlang etwas und sind dann nicht mehr dieselben. Die Eltern oft auch nicht.

Darüber waren früher die Ärzte und sind heute die Homöopathen nicht unglücklich. Sie gingen und gehen davon aus, dass die Kinder erst einmal Tabula rasa machen und im Feuer des Fiebers mitgebrachte Krankheitsanlagen verbrennen. Moderne Mediziner ersparen den Kleinen und ihren Eltern diesen Anfang mit aggressiven Impfprogrammen, die meist ebenfalls marsisch – das heißt mit Druck bis zu Drohungen – durchgesetzt und dann mit spitzen Spritzenadeln durchgeführt werden. Hier gilt allerdings die alte Volksweisheit: »Wer sich alles ersparen will, dem bleibt nichts erspart.« Statt akute heiße und kurze Kinderkrankheiten in der Zeit des Anfangs durchzumachen, wo sie hingehören, erleben moderne Kinder mit ihrem ständigen Kränkeln schon von Anfang an eine gewisse Chronifizierung, die zum Prinzip von Chronos-Saturn gehört. So bekommen moderne Kinderärzte ständig und gleich von Anfang an viel zu tun und sorgen auch noch für die anderen Kollegen mit vor. Denen wird die Arbeit ebenfalls nicht ausgehen, wenn von Anfang an gegen alles geimpft und jedes Fieber chemisch niedergebommt wird.

Ernährung und Aggression

Hilfreich bei der Auseinandersetzung mit dem Aggressionsprinzip ist, sich bei der Ernährung ehrlich und direkt für die frischen Dinge des Anfangs zu entscheiden. Auf der primitiven, das heißt ursprünglichen Ebene ist Fleischnahrung zu Mars passend. Mit all dem Leid aufseiten der Tiere, das in der modernen Zeit durch brutale Tierfabriken und Großschlachthöfe daran hängt, kommt heute bei Fleischnahrung aber überwiegend Plutonisches zum Zuge. Vor diesem Hintergrund ist es dann ehrlicher, blutige Steaks zu essen, wenn man sich von Anfang an – vom Schlachten über das Zerlegen, bis zum Zubereiten – bewusst beteiligt. Das Marsprinzip ist dann intensiv dabei. Aber moderne Großschlachtenanlagen haben so viel Schmerz, Leid und Unrecht zu verbergen, dass sie nicht einmal Zeugen akzeptieren. Ich empfehle deshalb, sich wenigstens möglichst weitgehend in die Vorstellung zu versetzen und Bücher wie

Peace Food oder Jonathan Safran Foers *Tiere essen* zu lesen.* ●● 1 Zeile mehr

Die Tatsache, dass diese entsetzliche Weise der Fleischernahrung aus Massenproduktion immer noch von einer Mehrheit bevorzugt wird, führt zu enormen Aggressionsproblemen. Wir essen mit dem Fleisch der Tiere deren Wahnsinnschmerz während der Folter ihrer Aufzucht und dem Terror ihrer Schlachtung in Gestalt all der am Ende ihres Elends ausgeschütteten Angst- und Stresshormone. Als der Großschlachthof noch nicht die Regel war, kannten wir noch gar keine **Panikattacken**, heute sind sie fast üblich.

Die erlöste Ebene marsischen Essens ist Rohkost – als eine Ernährung ganz vom Anfang. Sie ermöglicht die frischesten, vitaminreichsten Mahlzeiten, die am meisten Biss haben und den offensivsten Einsatz der Zähne fordern und gesundheitlich das Leben am intensivsten fördern. So müssen sich die ersten Menschen notgedrungen ernährt haben. Eine praktisch vegane Ernährung, das heißt eine Kost, die auf alles Tierische verzichtet, ist ein riesengroßer Schritt, der Mut und Initiative verlangt und den offensiv zu vertreten sich ständig Gelegenheit bietet, wie ich aus eigener Erfahrung weiß. Jedenfalls wäre eine längere Rohkostphase eine ideale Herausforderung im marsischen Sinn und vielleicht langfristig der erste Schritt ins Neuland veganen Essens, als der mutigsten und verantwortlichsten Ernährung. Das ist mit Abstand der ehrlichste Weg des Essens, denn dabei lässt sich zu allem stehen, was man sich einverleibt.

Die im Essensritual immer vorhandene Aggression wird auf verschiedene Art deutlich. Schon unser Körper reagiert bei jeder Nahrungsaufnahme mit einer sogenannten Leukozytose, einem Anstieg der weißen Blutkörperchen, also einer Abwehr- und Kampfreaktion, weil er ja Fremdes zu Eigenem machen muss. Das ist notwendig und ehrlich und gar nicht zu beeinflussen. Der nächste Akt

* Jonathan Safran Foer: *Tiere essen*. Kiepenheuer & Witsch, Köln 2010.

des Kauens ist genauso wichtig und ehrlich und mit Bewusstheit enorm zu fördern, was jede Form von Ernährung gesünder macht. Fleischesser sind meist zu den unbewussten Essern zu rechnen. Die in ihrem Essen steckende unerlöste Aggression, die sie – ohne es recht zu merken – mit einverleiben, müssen sie später wieder abgeben im Sinne der Beziehung zwischen Schlachthöfen und -feldern. Vegetarier und Vegane, deren Essen unvergleichlich weniger Aggressionsenergie enthält, sollten besonders gut kauen, um diesem Thema gerecht zu bleiben und nicht in Scheinheiligkeit zu versinken. Sie müssen auch lernen, mutig und offensiv für ihre Ernährung und die Rechte der Tiere einzutreten, ohne dabei persönlich verbissen, aggressiv oder sogar fanatisch zu werden. Mit Letzterem wäre schon wieder die Grenze zum Plutonischen überschritten.

So wird schon beim Essen die ganze Bandbreite von Mars von der primitivsten (im Sinne von ursprünglich und brutal) bis zur weitentwickeltesten, sensibelsten Ernährung auf dem Weg zur Befreiung deutlich. Energisches Kauen ist bei letzterer Ernährung wie gesagt zwingend und eine wundervolle Intensivierung des Aggressionsprogramms. Wer bei drei Mahlzeiten am Tag wirklich bewusst seine Zähne als Waffen einsetzt und offensiv kaut, absolviert ein zwar sehr einfaches, aber gerade deswegen wirksames und obendrein gesundes Marsprogramm.

Aggressionsenergie im Namen

Unser Name enthüllt, wie wir heißen und damit ein heißes Thema, um nicht zu sagen heißes Eisen. In ihn kann – von den Eltern meist unbewusst – einige Marsenergie hineingesteckt worden sein. In **Ruediger**, von Ruod-ger kommend, steckt etymologisch der ruhmreiche **Speer**, vulgär-etymologisch der rüde **Speer**. **Gerhart** ist folglich mit dem harten **Speer** ins Leben geschickt und **Germut** mit dem mutigen ausgerüstet worden. Aber nicht nur die alten ger-ma-

nischen Namen bringen viel Marsisches ist Leben. Eine gute Anleitung, um hier Ein- und Durchblick zu erringen, ist das Buch *nomen est omen* von Joachim Schaffer-Suchomel*.

Bearbeitung und Einlösung von Marsthemen

Wer sich mit Krankheitsbildern aus dem Marsbereich herum-schlägt oder mit den entsprechend negativ besetzten Eigenschaften der unteren Ebenen wie gnadenlosem Egoismus oder rücksichtsloser Ellbogenmentalität, wer mit unbeherrschbarem Zorn oder kaum kontrollierbaren Wutanfällen kämpft, der kann sich nun darauf stürzen, anmachendere Bearbeitungs- oder Einlösungsebenen aus dem Aggressionsbereich zu finden.

Natürlich könnte man sich in solch einer Situation rot anziehen, nur wird das nicht reichen. Genauso wenig wie das Hören von Marschmusik und Rock 'n' Roll. Aber es kann ein Anfang werden und ein inneres Programm aufrufen, das einem schon einmal *den Marsch blasen* und den eigenen Mut entfachen kann. Rock 'n' Roll hat gesellschaftlich-kulturell einiges in Bewegung gebracht, warum nicht auch das eigene Becken als körperliche Basis des Lebens? Die rote Farbe lässt auffallen. Ein Anfang ist gesetzt, etwas Neues mag beginnen. Eine Farbe kann natürlich nur ein Symbol sein, das ständig daran erinnert, dass man anfangen will, die eigene Aggressionsthematik zu (er-)lösen.

Neben Bewegungstherapien und Sport, kommen auch Bioenergetik und entsprechende andere Übungen in Frage sowie Encounter (Gruppentherapie, Selbsterfahrung) und in der Medizin Therapien wie Akupunktur und Moxibustion. Alles, was dazu führt, bewusstes Handeln zu lernen, ist zielführend.

Den ersten Gedanken als marsisch zu erkennen, dürfte inzwischen leichtfallen, gehören doch alle ersten Schritte und ersten Im-

* Joachim Schaffer-Suchomel: *nomen est omen. Die verborgene Botschaft der Vornamen*. Goldmann, München 2007.

pulse dazu. Hier eröffnet sich eine Riesenchance, denn wer den Mut aufbringt, seine ersten aufsteigenden Gedanken wahr- und wichtig zu nehmen, erobert sich damit Zugang zur Welt der Seelen-Bilder und damit auch zur Welt der Urprinzipien. Er setzt das Schicksalsgesetz allen Anfangs entschieden um, dass nämlich alles bereits im Anfang liegt. Dies macht das Marsprinzip und jeden Anfang und ersten Impuls so wichtig und gesteht ersten aufsteigenden Gedanken eine ganz entscheidende Rolle zu. Nicht umsonst schätzen wir die Liebe auf den ersten Blick so sehr, die den großen Hormonsturm auslöst, der, kurzlebig wie es Mars entspricht, maximal zwei Jahre anhält. Auch ist der erste Eindruck bei einem Vorstellungsgespräch so entscheidend. Hier ist er wieder der Zauber des Anfangs, dem Bestsellerautor Malcolm Gladwell sein ganzes Buch *Blink! Die Macht des Moments* widmet.

Zu erlernen ist die Kunst, den ersten aufsteigenden Gedanken zu erhaschen und ernst zu nehmen, am direktesten über geführte Meditationen, die davon geradezu leben und diese Kunst fordern und zugleich fördern. Über den ersten Gedankenimpuls ergeben sich die schnellsten und zielführendsten Zugänge, die zielsicheren Entscheidungen, und er bringt die erfolgreichsten Resultate. Darüber hinaus ist sein Wahr- und Wichtignehmen auch im täglichen Leben leicht und bei fast allen Gelegenheiten zu üben. Es gibt immer ein erstes Mal und einen ersten Gedanken. Die Kunst ist nur, dafür aufzuwachen und etwas daraus zu machen.

Der erste aufsteigende Gedanke kann – wie nichts sonst – den Weg zu Neuanfängen weisen, egal ob bei der Ernährung oder in der Partnerschaft. Das eigene Leben neu *in Angriff* zu nehmen, einen Neuanfang zu wagen, das wird dem Aggressionsprinzip sehr gut gerecht – besonders wenn es einen Bereich trifft, der herausfordert und einem einiges abverlangt an Mut, Spontaneität oder Initiativkraft, etwas, das im idealen Fall das Aggressionsprinzip betrifft.

In Bezug auf die sieben Entwicklungsstufen des Marsprinzips ist auf der untersten, völlig unerlösten Stufe noch mit keiner Bewusstheit im Sinne von Wandlung zu rechnen.

1. Mord- und Totschlag der untersten Ebene lassen sich theoretisch auf erlöster Ebene als Befreiung und Erlösung von Seelen beschreiben. Das kann uns zeigen, dass in der Polarität wirklich alles zwei Seiten hat. In ähnlicher Weise kann der Krieg seine Erlösung im heiligen Krieg mit dem eigenen Ego finden. Brutalität und Ellbogenmentalität können sich zu Durchsetzungsfähigkeit entwickeln.

2. Auf der zweiten Stufe lassen sich Konkurrenz und Rivalität in ritterlichen Kampf und faire Auseinandersetzung wandeln. Der Wille zu Einsatz und Leistung mag der Anfang eines großen Werkes werden im Sinne des »Wolle, als des Werkes Anfang...« in der Freimaurerei.

3. Auf der dritten Stufe werden Tatendrang und Mut sich schon auf lohnende Ziele richten, wie die Befreiung aus Abhängigkeit und Bevormundung. Eroberer und Pioniere erschließen Neuland auf Erden und gegebenenfalls auch auf Seelenebenen und in inneren Bilder-Welten. Kampfgeist kann weiterbringen, Übermut sich auch manchmal versteigen. Man kommt auf eigene Füße und entwickelt eigene Vorstellungen und Ideen. Eigenverantwortung wird entdeckt und die Tatsache, dass jeder seines Glückes Schmied ist. Obamas »Yes we can« ist hier angesiedelt.

4. Die vierte Stufe bringt direkte Ehrlichkeit und Aufrichtigkeit und damit Selbstreflexion ins Spiel. Dank großem Mut und Anfängen von Zivilcourage kann man sich auch schon für andere einsetzen. Tatkräftiger Einsatz und Freude an eigener Kraft und Energie machen mutige Aktionen möglich, die allen etwas bringen. ●● 1 Zeile mehr

5. Die fünfte Stufe vermittelt mit dem Genuss an der eigenen Kraft auch die Lust am Kampf an sich. Sie kann zur Kriegskunst verfeinert werden und den Kampf ritualisieren. Ritter und Samurai wer-

den zu Helden, die sich für das Ganze aufopfern, wenn es oder die Ehre auf dem Spiel steht.

6. Auf der sechsten Stufe macht der Genuss an freier, absichtslos fließender Energie aus Tatendrang bewusste Handlungen im Einklang mit der Schöpfung. Es geht weder um Belohnung noch Zweck, nicht einmal mehr um einen selbst. Der Krieg wird heilig und richtet sich nur noch gegen das eigene Ego.

7. Auf der letzten Ebene fließt selbstloses, freies Handeln im völligen Einklang mit Schicksalsgesetzen und Schöpfung. Der Samurai trifft den Ritter; ähnliche Wege in ganz unterschiedlichen Traditionen bringen zum selben Ziel.

Meditationen

In jedem Leben gibt es sogenannte heiße Eisen, selbst nach intensiven Psychotherapien bleiben oft noch einige übrig. Ohne Therapie ist das Leben meist sogar voll davon. Deswegen sind manche Menschen so furchtbar langweilig. Man kann fast nichts mit ihnen bereden, denn überall treffen sie auf heiße Eisen und weichen zurück, um sie zu meiden. Marsischer als ein heißes Eisen geht es nicht mehr, und das kann natürlich Angst machen. Vor der vitalen Energie von Mars haben viele Angst und entwickeltere Seelen immer noch Respekt.

Eine gute Möglichkeit, eigene heiße Eisen aufzuspüren, bietet eine geführte Meditation. Dazu reicht es, sich Marschmusik aufzulegen, die einem im wahrsten Sinne des Wortes den Marsch bläst, und dann mit dem ersten aufsteigenden Gedanken die heißen Eisen auf den verschiedensten Ebenen willkommen zu heißen. Die wirklich heißen Eisen des eigenen Lebens zu finden und anzupacken ist schon deshalb eine so gute Chance, weil es hier immer den wichtigen Bezug zum eigenen Wesen gibt. Letztlich ist natürlich

auch in jedem Symptom und Krankheitsbild mindestens ein heißes Eisen verborgen. Der persönliche Schatten* ist eine Sammlung davon.

Heiße Eisen erfordern unseren ganzen Mut. Sie anzupacken und in Angriff zu nehmen verlangt wahrhaft marsische Energie, große Initiative und den Mut zur Tat.

Zwar ist Meditation nicht das typische Feld von Mars, aber eine tägliche morgendliche dynamische Meditation nach Bhagwan-Osho, kann das Leben entscheidend im Sinne des Marsprinzips verändern. Das kostet täglich eine Stunde, aber es bringt über das rituelle Ausagieren von Aggression sehr viel Entlastung und Entspannung und verändert einiges. In der ersten Phase (zehn Minuten) wird chaotisch und intensiv durch den Mund geatmet, in der zweiten (zehn Minuten) alles herausgeschrien, gebrüllt, getobt und in die Luft geboxt und geschlagen, auf den Boden getrommelt und herausgestampft, was auftaucht und sich befreien will. In der dritten sogenannten Hu-Phase wird kräftig und rhythmisch gesprungen und jeweils hart gelandet, wie ein Trommeln mit dem ganzen Körper. So weit ist alles typisch Mars. Dann kommen zehn Minuten des Einfrierens mit völliger Stille, also zum Saturnprinzip passend, und weitere zehn Minuten sanften Tanzens eher zum Mondprinzip neigend. Diese Meditation entfaltet sich über grobe in geordnetere Aggressionsphasen zu ruhigem Ausklang. Das war wohl auch der Beweggrund, sie für mehrheitlich aggressionsgestaute westliche Menschen zu kreieren.

Eine andere Möglichkeit ist die Progressive Muskelrelaxation nach Jacobson. Sie bringt über extreme Muskelanspannung und anschließendes Loslassen tiefe Entspannung. Außerdem ist an Sonnenaufgangsmeditationen, meditatives Laufen, Feuertänze oder -läufe zu denken, um das Marsprinzip zu erfassen und zu integrieren.

* Siehe Dahlke, *Das Schattenprinzip* (Literaturverzeichnis).

Morgenrituale

»Morgenstund' hat Gold im Mund«, weiß der Volksmund, und genauso sicher steht der Tagesbeginn im Zeichen von Mars. Schon beim Zähneputzen, bei Mani- und Pediküre lässt sich bewusst an Waffenpflege denken, wenn man mit scharfem Werkzeug Krallen stutzt oder sie zurechtheilt und in Form bringt. Beim Zähneputzen lässt sich bewusst Kraft mit Geschick paaren, so dass die Waffen blendend sauber werden und vor Vitalität strahlen, und das Zahnfleisch doch nicht gleich ins Gehirn geschoben wird. Wer Ultraschall und andere moderne Säuberungstechniken einsetzt, hat Mars auch auf dieser Ebene an seiner Seite, denn dabei wird sehr schnell und effektiv rotiert, vibriert und intensiv abgeschrubbt.

Wenn sich Männer mit scharfer Klinge oder elektrisch mit vielen kleinen verdeckten Messern den Bart rasieren, ist ebenfalls das Aggressionsprinzip angesprochen. Falls Frauen sich diverse Härchen einfach mit der Pinzette ausreißen, sind sie rücksichtslos bezüglich des Schmerzes und ebenfalls marsisch unterwegs.

Ich selbst lasse mir noch alle Muskeln mittels eines speziellen Fitnessgerätes* von unten nach oben durchvibrieren, was über die Muskeln wieder dem Marsthema zugutekommt. Es kostet nicht einmal Zeit, da ich sowieso vor dem Waschbecken stehen muss – schnelles Training im Sinne von Mars und der Morgenstunde.

Der Morgen ist auch ideal, um sich im Sinne von Sebastian Kneipp gleich mutig abzuhärten, etwa mit kalt-warmen Wechselduschen oder den anderen schockierenden Ideen aus dem Arsenal von Kneipp.

Für die bereits erwähnten Meditationen ist der Morgen ebenfalls bestens geeignet; der Ritualcharakter wird dadurch noch unterstrichen. Auch morgendliche Übungen wie Tai Chi, die alte Basis der Kampfkunst, gehören zu Mars, ebenso Atemübungen, die die Einatemphase betonen, aber auch das Ausstoßen der Luft. Oder natür-

* Mehr über Geräte wie vibrAlive® oder Os-Flow unter www.heilkundeinstitut.at

lich solche, die dem Kraftaufbau dienen und alle Muskelbereiche umfassen.

Wer dafür sorgt, dass er mit einem warmen Bauch in den Tag startet, auf Grundlage der Muskelanstrengung bei einschlägigen Übungen, hat einen guten, idealtypisch marsischen Beginn. Er wird mit der Zeit eine kräftige, attraktive Vorderfront, die oben-dreien seine Körpermitte schützt, entwickeln. Sie wird es ihm erleichtern, sein Leben mit allen Herausforderungen auch im übertragenen Sinn zu konfrontieren. Ein fester Bauch und ein fester Wille passen gut zusammen und erleichtern die Durchsetzung* ungemein.

Musik und Tanz

Ausgelassenes Trommeln oder Schlagzeugspielen kann marsische Energie aufbauen, sich entwickeln lassen und bearbeiten helfen. Auch Trompetespielen, am besten in einer Militärkapelle, wäre eine gute Bearbeitung dieses Lebensprinzips. Wer sich als Frontmann einer Rockband produzieren kann und dabei in seinem Element ist, wird viel Aggressionsenergie los. Um Mick Jagger brauchen wir uns diesbezüglich nicht zu sorgen.

Wer Marschmusik oder Rock 'n' Roll zum Kraft- und Muskeltraining wählt, wird spüren, wie gut beides zusammengeht. Tanzen im Stil von Jive und Rock 'n' Roll kann viel marsische Energie umsetzen und – regelmäßig ausgeübt – geradezu ein Aggressionserlösungsprogramm im wahrsten Sinne des Wortes auf die Beine stellen. Wer hier aktiv wird, wird aufgestellt sein und sich auch dem übrigen Leben leichter und besser stellen. Je mehr Ritual und damit Bewusstheit dabei ins Spiel (des Lebens) kommt, desto besser.

* Das entsprechende Programm findet sich in Dahlke, *Mein Programm für mehr Gesundheit. Aller guten Dinge sind drei* (Literaturverzeichnis).

Bewegung und Sport

Muskeltraining macht die Muskeln an und zugleich heiß, und das entspricht genau dem Marsprinzip. Ein solches Training würde in jedem Fall gut zu denen passen, die heiße Typen werden wollen, die in diesen modernen Zeiten trotzdem als cool gelten. Auf sportlicher Ebene sind selbst die aggressivsten Ausdrucksmöglichkeiten erlaubt und anerkannt. Damit ist Sport eine rituell abgesegnete Möglichkeit, dem Marsprinzip gerecht zu werden. Selbst wenn gerade kein Krieg herrscht und Kriegstänze wie auch offensive Fruchtbarkeitsriten der Vergangenheit angehören, hat im Sport jede(r) die Möglichkeit, jede Art von Aggression rituell auszuüben.

Selbstverständlich sind Bewegung und Sport mit dem Leben besser vereinbar, als alle kriegerische Aggressionsenergie dem Immunsystem zuzuschieben, so dass sie sich in Entzündungen auslebt. Das Marsische lässt sich also intensiv in Kampfspielen üben. Wenn Kampfkunst zu einem Lebensthema wird, könnte Aggressionsenergie darin sogar Erlösung finden. Allerdings setzt es voraus, dass das Training nicht nur herausfordert, sondern auch einem persönlich entspricht und zu den individuell anstehenden Themen passt. Es ist keineswegs ausreichend, widerwillig auf einen Punchingball einzudreschen, um seine Allergie möglichst rasch loszuwerden. Wie schon betont, geht es jeweils darum, eine Bearbeitungsebene zu finden, die einen wirklich betrifft und die in der Seele etwas Themenspezifisches anstößt und auslöst.

Ein Vater, der seine Wutanfälle, die das Familienleben belasteten, nachhaltig angehen wollte, fand in vier Squash-Einheiten mit seinen beiden Söhnen – und einer fünften als Trainerstunde für ihn selbst – eine urprinzipiell angemessene Lösung. Es kam zu einer Win-win-Situation: Die Söhne waren stolz, mit ihrem Vater eine damals noch neue Modesportart zu üben. Der Vater kam nebenbei in Form und reduzierte seine lebensbedrohlichen Risikofaktoren in Gestalt von Hochdruck, beginnender Fettsucht und hohem Cholesterinspiegel. Er hätte mit seinen Söhnen vielleicht auch ein Baum-

haus bauen oder eine Abenteuerreise machen können, bei der sie die Nächte im Freien am Lagerfeuer verbringen müssten. Aber das hätte nur Sinn gehabt, falls das seine unverwirklichten Kindheitsträume gewesen wären. Wichtig ist immer, bei den Maßnahmen den persönlichen Bezug herzustellen.

Der Grad der Aggressionsbearbeitung ist bei den verschiedenen Sportarten zwar unterschiedlich ausgeprägt, aber fast jede Art von Fechten, Schlagen, Schießen, Treten, Boxen und Stoßen in einem akzeptierten rituell abgeseigneten Rahmen ermöglicht es, sich mit Mars auseinanderzusetzen. So lässt sich beim Fußball ein Freistoß treten, ohne Anstoß zu erregen. Beim Handball ist ein schneller Antritt wichtig; beim Boxen haben Kinnhaken durchschlagenden Erfolg. Selbst Schießen ist als Sport akzeptiert, obwohl es urprinzipiell dasselbe ist wie das Feuern im Krieg. Selbst beim Golfen wird – vor allem beim Abschlag – ein kleiner Ball mit einem langen Hebelarm so geschlagen, dass er sehr weit fliegt und fehlgesteuert erhebliche Verletzungen bewirken kann. Auch beim Schachspielen geht es um offensives Denken und eine Art von Krieg auf kleinstem Raum und polar strukturiertem Brett. Hier lässt sich Angreifen üben und lernen, mit Angriffen umzugehen und damit fertig zu werden. Je ritueller dies geschieht, desto wirksamer ist es zur Bearbeitung des Themas.

Wer sich bei einem 100-Meter-Lauf als schnellster Mann der Schule, Stadt oder gar der Welt erweist, kann sich in diesem Erfolg sonnen und es auf anderen Ebenen etwas ruhiger angehen lassen, etwa im Ehebett. Dieses verkennt Mars manchmal als Wettkampfstätte und punktet hier mit phallischen Geschwindigkeitsrekorden nur sehr wenig; er kommt schnell, aber nicht an.

Die beim Boxen oder bei anspruchsvolleren östlichen Kampfkunsttechniken geübte Schlagfertigkeit kann – sofern das Ganze bewusst als Ritual erlebt wird – auf das alltägliche Leben abfärben, wo Schlagfertigkeit ein ständiger großer Vorteil ist.

Hobbys

Für Hobbys ist es bei Menschen, die vom Marsprinzip geprägt sind, eigentlich noch zu früh. Man hat noch gar keine Zeit übrig, die man nur genießen wollte oder gar totschlagen müsste. Aber wenn dieser Mensch ein Hobby betreibt, dann ist er bei der Jagd und beim Schießen oder im Kampfsport zu finden, in jedem Fall aber in Bewegung.

Sexualität

Wie Sport ist Sex eine wundervolle Möglichkeit der Energieabfuhr, wenn auch Sinnlichkeit und Liebe viel weitergehen. Aber Mars ist nun einmal der einfache Anfang von allem, und die körperliche Ebene gehört dazu. Die eigenen wenn auch noch so einfachen oder sogar primitiven sexuellen Fantasien mit dem eigenen Partner auszuleben, indem man sie sich erst einmal erzählt und dann immer mehr auch spielt, ist eine erste herausfordernde Möglichkeit.

Natürlich ginge es auch allein, im Sinne von Selbstbefriedigung, mutig und in allen Varianten. Die Hilfsmittel dazu reichen heute von einfachen Geräten wie Dildos bis zu raffinierten Computerprogrammen und einem ganzen Maschinenpark zum virtuellen Sex im Cyberspace. Aber es geht auch konkreter und wahrscheinlich spannender. Der sogenannte Quickie und One-Night-Stand gehören ebenfalls zum marsischen Repertoire.

Filme

Es liegt nahe, dass alle Kriegs- und in diesen besonders die Kampfszenen zum Marsprinzip gehören. Filme wie *D-Day* oder *Der Soldat Ryan*, die Initiative, Heldenmut, Kampfgeist und Selbstüberwin-

dung in den Mittelpunkt stellen, aber auch die Brutalität des Krie-
ges offenbaren, sind (arche-)typisch Mars.

Den schon erwähnten Western bestimmen einfache Strickmus-
ter; Westernfilme sind zwingend und typisch marsisch. Letztlich
gehören auch alle Actionfilme zum Marsprinzip und besonders
blutige Boxfilme wie etwa *Rocky I*. Ein Film wie *Fight Club* bringt
zwar auch im Wesentlichen Schlägerszenen, aber doch mit deutli-
chen Obertönen, was das Aggressionsprinzip angeht.

Im Übrigen kommt schlichte Marsenergie in Filmen wie *Top-
Gun* oder *Mission Impossible* besonders gut zur Geltung, in denen
der kleine und eher schwächliche Tom Cruise den strahlenden, un-
besiegbaren und natürlich furchtlosen Oberhelden gibt. Insofern
hat er den großen John Wayne abgelöst, die Energie aber ist diesel-
be geblieben. Die Wirklichkeit dahinter sieht natürlich oft anders
aus: Tom Cruise steht meist auf Kisten, um den Mund seiner Ge-
spielerin kusstechend zu erreichen; John Wayne hatte Angst vor
Pferden.

Während die meisten dieser Filme auf einfachstem Weg zu ei-
nem guten Ende führen – das heißt, die Guten siegen nach bluti-
gem Kampf –, kann ein Streifen wie *Karate Kid* obendrein den Ent-
wicklungsweg zu erlösten Formen der Kampfkunst offenbaren. Die
hohen Ideale, die Mars in seiner erlösten Form hat, zeigen *Der letz-
te Samurai* sowie Ritter- und Gralsepen auf westlichem Hinter-
grund wie *First Knight* oder *Excalibur*.

Das Ideal des Kampfes, wie es Ritter, Chevaliers oder Samurais
hochhalten, stellt die Ehre über den Sieg, und Tatkraft und Mut ent-
springen einem integren Charakter. Jene legendären Ritter und
Schwertmeister, die zum Schluss gar nicht mehr kämpfen (müs-
sen), sondern mit ihrer Ausstrahlung von unbedingter Makellosig-
keit und spontaner Präsenz bestechen, zeigen erlöste Lebensideale
des Aggressionsprinzips.

In dem Film *The Bastards* über US-Spezialeinheiten, die hinter
den deutschen Linien mit Vorliebe Nazis skalpieren, mischen sich
plutonische Elemente der Rache in das marsisch kriegsrische Ge-

schehen. In vielen Filmen dieses Genres schleichen sich Elemente
des Plutonischen als des nahe verwandten weiblichen Aggressions-
prinzips.

Der Film *Am Anfang war das Feuer* ist ein weiteres Beispiel für
marsische Energie, zeigt er doch ohne viele Worte unsere ursprüng-
lichste Lebensform, bei der es in erster Linie um Überlebenskampf
ging.

Ein etwas differenzierterer Film zum Thema Widder-Mars ist
Jenseits von Afrika. Auf der Grundlage des autobiographischen Ro-
mans von Tania Blixen erzählt er die Geschichte von Menschen mit
viel Pioniergeist: Europäern, die auszogen, um sich eine Existenz
auf dem schwarzen Kontinent zu erobern, die ohne Erfahrungss-
chatz, neue Wege auf unbekanntem Terrain erkunden mussten. So
wusste auch Tania nicht, ob auf den Feldern ihrer Farm in Afrika
überhaupt Kaffee wachsen würde. Sie lebte dort ein abenteuerli-
ches Leben in unberührter Natur, geprägt von täglichem Überle-
benskampf und überwältigender ursprünglicher und unverfälsch-
ter Naturschönheit.

Witz und Weisheit

Er: »Geh'n wir zu mir oder zu dir?«

Sie: »Wenn's schon so kompliziert anfängt, lassen wir's gleich.«

Wer neu anfangen will, soll es sofort tun, denn eine überwundene
Schwierigkeit vermeidet hundert neue. (*Konfuzius*)

Was du heute kannst besorgen, das verschiebe nicht auf morgen.
(*Sprichwort*)